

Das Udenkbare schon
jetzt zu denken wagen
– auch in der Schule



PSNV – Berg
Bergwacht Bayern

G. Paulus
Volksschule Lam

Notfallseelsorge
im Ldkr. Cham



Gliederung

- Definition
- Traumatisierung und ihre Folgen
- Traumatisierungsaspekte im Bereich Schule
- Eckpunkte für eine Krisenintervention bei Klassen und Gruppen
- Krisenmanagement in der Schule
- Anhang

Krisenmanagement

Unter Krisenmanagement verstehen wir das bewusste präventive und aktive Kümmern um Schüler und Lehrer in Notfallsituationen mit dem Ziel einem individuellen und/oder Gruppen-Kollaps vorzubeugen und langfristige physische und psychische Schäden (Traumatisierung) zu verhindern.

Krisenintervention

**Krisenintervention ist Teil
des
schulischen Krisenmanagements.
(bei / in einer Notfallsituation)**

Krisenintervention

Unter Krisenintervention verstehen wir keine **Therapie**,
sondern das **aktive Da- Sein** u. **Handeln** in **Notfallsituationen**.

Informieren

Stabilisieren

Mobilisieren

Normalisieren

=

ERSTE HILFE

für

die Psyche, Seele

jedes Lehrers selbst

des/der Kollegen

unserer Schüler

Was verstehen wir unter Traumatisierung ?

Traumatisierend kann (*nicht: muss*) ein Ereignis sein, das eine so starke Wirkung (Einwirkung) auf unsere Psyche hat, dass es die Verarbeitungsmöglichkeiten eines einzelnen bzw. einer Gruppe übersteigt.

- Dabei ist das Ereignis ist meistens:

überraschend,

schwerwiegend,

- verbunden mit einem hohen Grad an

Hilflosigkeit,

Betroffenheit,

Identifikation.

Belastende Ereignisse im schulischen Bereich

- Tod eines Schülers / Lehrers
- Schwere Unfälle, Schulwegunfälle, Feuer
- Lebensgefährliche Erkrankungen
- Gewalteskalation gegen Lehrer od. Schüler
- Suizid(-versuche) bei Schülern u. Lehrern
- Notfallsituationen im Umfeld d. Schule
- Amokläufe
-

Menschen reagieren unterschiedlich auf ein solches Ereignis

Wir wissen, dass der Grad der Betroffenheit nicht nur von der Stärke eines Ereignisses bestimmt wird. Er hängt auch von verschiedenen zusätzlichen Variablen ab:

- physische / räumliche: nahe, sehr nahe am Geschehen
- soziale / psychische: Verwandtschaft, Freundschaft, Identifikation
- persönliche: hohe Sensibilität, persönliche Krisensituation, Verlusterfahrung, ähnliches Trauma ...

⇒ Diese Betroffenheit führt wiederum zu sehr unterschiedlichen Stressreaktionen - sofort oder später -. Diese bezeichnen wir als akute Belastungsreaktionen .

Akute Belastungsreaktionen

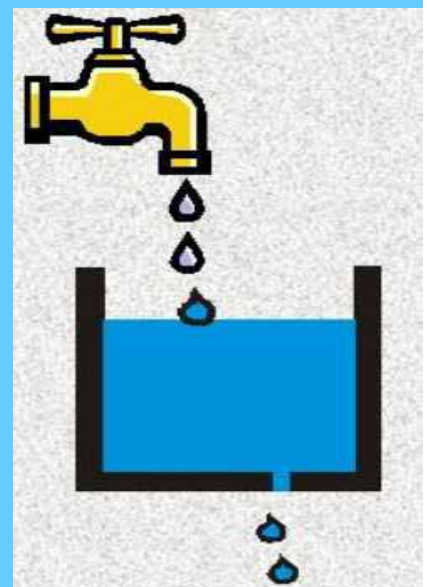
Sie sind Reaktionen von **Körper, Seele, Verstand** und **Verhalten** auf ein die Psyche, die Seele extrem belastendes Ereignis.

Sie können bei allen Beteiligten vorkommen :

Betroffenen u. Angehörigen

Verantwortlichen u. Rettern

Zuschauern



Beispiele für akute Belastungssymptome nach einem traumatisierenden Ereignis

(= Akute Belastungsreaktionen)

körperliche (physische)

- Schlafstörung; Alpträume
- Schwindel, Schwächeanf.
- Erhöhter Blutdruck
- Schüttelfrost, Müdigkeit,
- Sehschwäche,
Verm. Durst, Hunger
- Muskel-, Nervenzucken
Zähneknirschen
- Taubheitsgefühl
- Gefühl, nicht im eigenen
Körper zu sein

seelische (emotionale)

- Angst, Furcht, Unsicherheit
- Beklemmung, Schuldgefühl,
Hilflosigkeit
- Reizbarkeit, Aggression,
Wutausbrüche, Panik
- Gefühlsarmut
- Verdrängung, nicht
„Wahrhaben wollen“
(Wahrnehmungsverzerrungen)

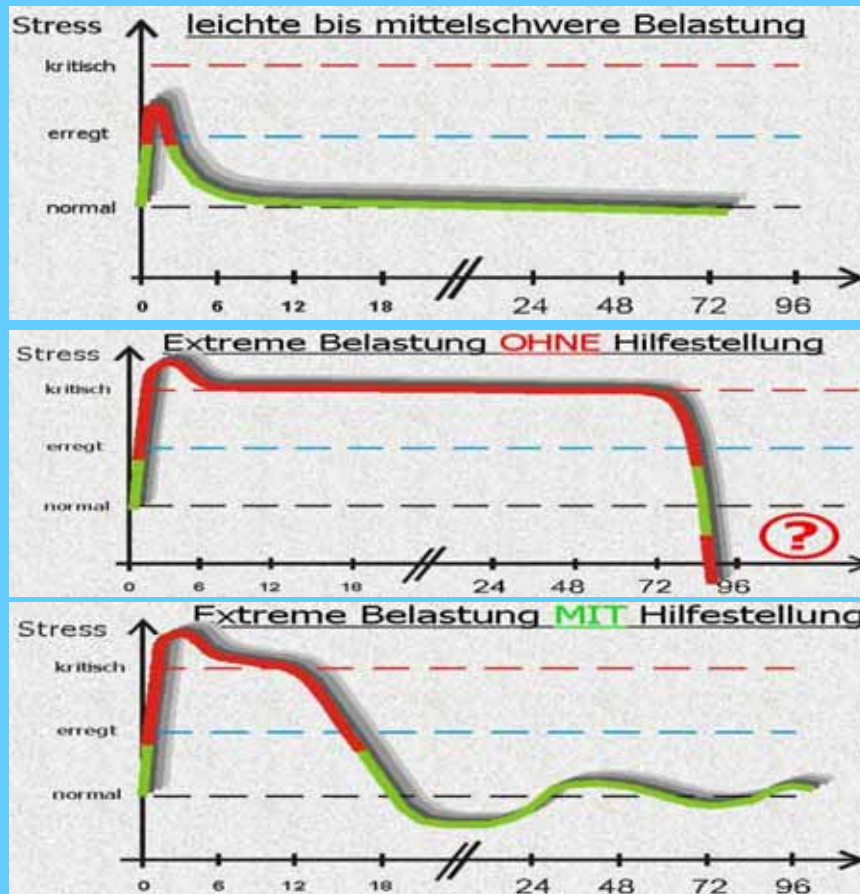
geistige (kognitive)

- Allgemeine Verwirrung,
- Reduzierte Wahrnehmung
- Misstrauen
- Schwächen in der
Konzentration, Erinnerung
u. logisch. Denken
(Gehirn schaltet log. Zusam-
menhänge aus, wenn es von
Emotionen überlagert wird.)

Verhaltensänderungen

- Abkapseln, Rückzug
- Hektik, Ruhelosigkeit
- Hunger od. Appetitlosigkeit
- Überempfindlichkeit
- Verleugnung
(tun, als wäre nichts passiert)
- Dissoziation
(Ausklammern d. Geschehens)
- Flucht
(auch der Verantwortlichen)

Was kann eine Krisenintervention bewirken ?



Die Kenntnis, dieses Wissen davon

- hilft uns,
solche Reaktionen bei unseren Schülern und Kollegen, aber auch bei uns selbst, richtig -d.h. als normale Reaktion auf ein außergewöhnliches Ereignis- einzuordnen.



- schützt uns,
da die Erfahrung gezeigt hat, dass präventives Wissen darüber teilweise vor diesen Reaktionen schützt bzw sie aber jeden Fall nicht so extrem ausfallen lässt.

Besondere Aspekte der Traumatisierung im Bereich Schule

Zur Situation von betroffenen Lehrern

- **Lehrer sind vor den Schülern, vor der Klasse immer stark, immer handlungsfähig.**
- **Lehrer haben individuelle, - bewährte - Strategien gegen drohende Kontrollverluste.**
- **Lehrer sind Kontrollverluste in / vor der Klasse nicht gewohnt.**
- **Lehrer geraten bei Kontrollverlust, bei mangelnder, fehlender Handlungsfähigkeit meist in Stress, reagieren manchmal mit Flucht!**
(Schuldproblematik, Erwartungshaltungen von
 - **Kindern,**
 - **Eltern,**
 - **Schulleitung,**
 - **Öffentlichkeit)**

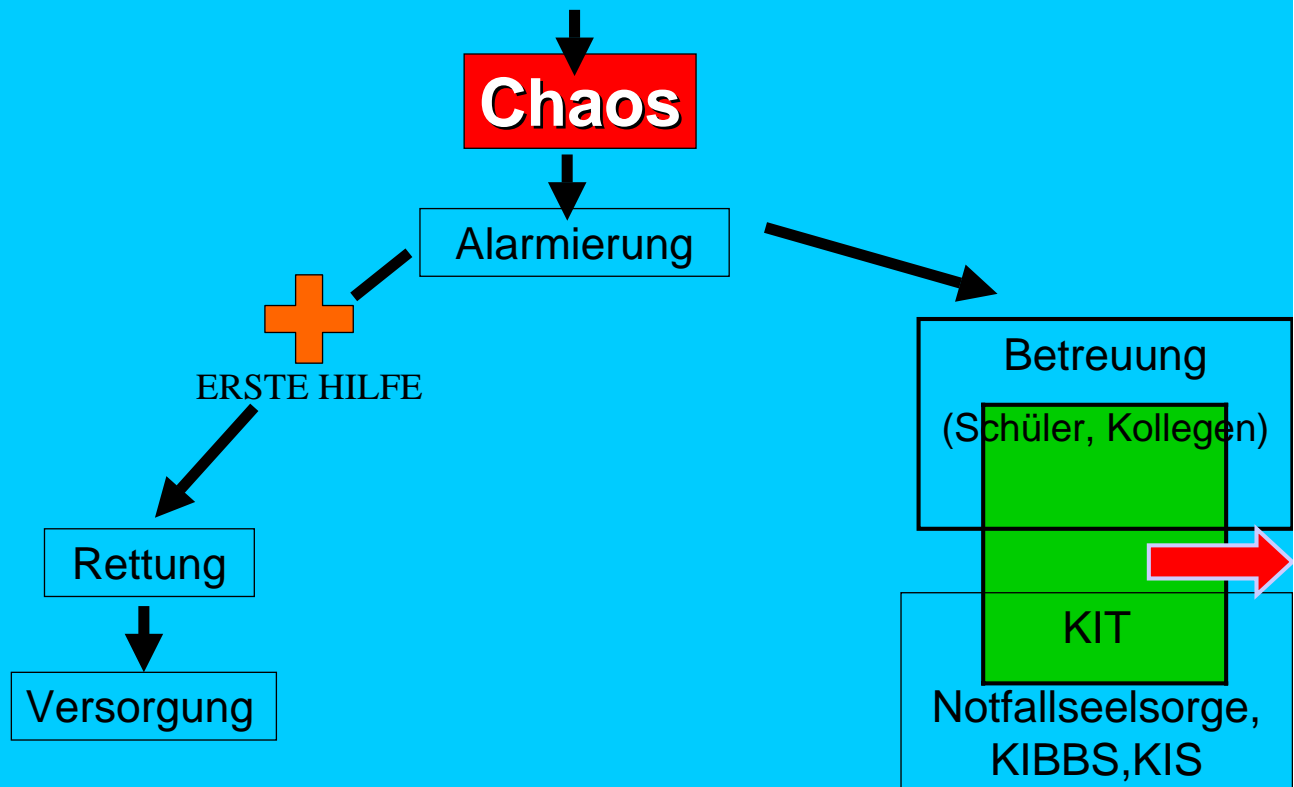
Wir müssen deshalb immer bedenken:

- **Es ist eigentlich normal (damit zu rechnen), dass sich deshalb gerade bei Verantwortlichen starke akute Belastungsreaktionen einstellen.**
- **Damit sind sie traumatisiert
= nicht selten handlungsunfähig.**
- **In der Regel fallen sie deshalb meist als Betreuer ihrer Gruppe, Klasse aus.**

Betreuung von Kindern mangelhaft:

- **In der Auswirkung (Traumatisierung) von Unfällen besteht kaum ein Unterschied zwischen leicht- und schwerverletzten Opfern u. Zeugen!**
- **Psych. Notfallfolgen werden noch immer von Eltern und Lehrern gravierend unterschätzt.**
- **Nach 4 Jahren leiden noch 38 % an psych. Folgen! (begrenzt Repertoire)**
- **50 000 Kinder werden jährlich im Straßenverkehr verletzt!**

Situation einer Klasse nach einem traumatischen Ereignis

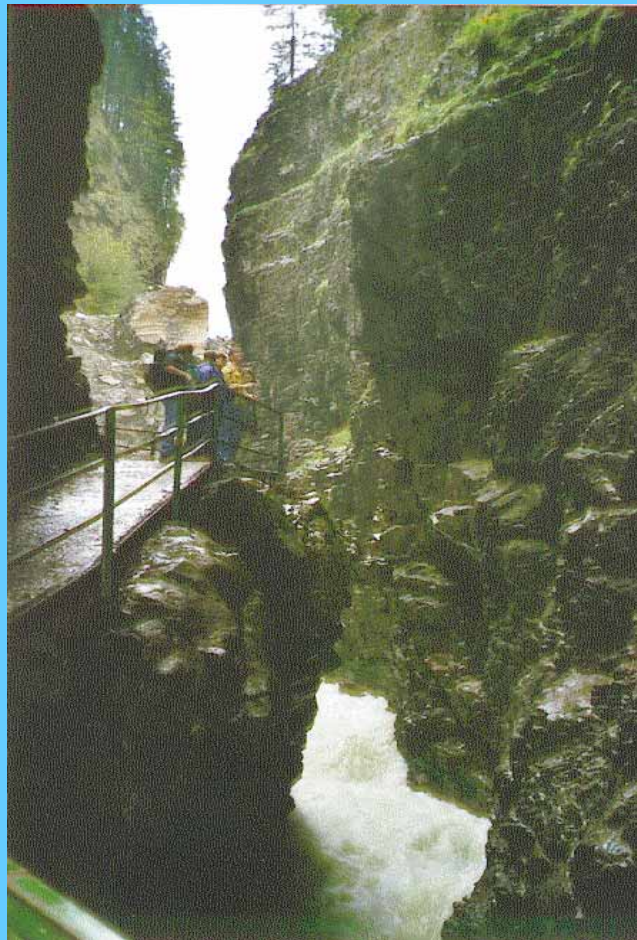


Das sollte man als Lehrer wissen:

- **Es gibt kein Patentrezept für das Verhalten in Krisensituation. Jede Situation ist anders!**
- **Größte Fehler können vermieden werden, wenn wir uns vorweg mit dem Ernstfall beschäftigen und "Eckpunkte" des Feldes der Betreuung kennen.**
- **Du kannst als Lehrer nichts falsch machen, wenn**
 - **du dir Zeit nimmst und**
 - **respektvoll, ehrlich, authentisch**
(= eigene Betroffenheit als Mensch, als Lehrer zeigen)
mit der entsetzlichen Situation umgehst und
 - **mit einfachsten Maßnahmen Beruhigung und Stabilisierung anzubahnen versuchst.**

- **Unser Ziel als Lehrer sollte**
 - wie bei jeder Krisenintervention- dabei sein:
helfen, dass die betroffenen Schüler/
Kollegen langsam ihre
eigenen Reaktionen normalisieren und
wieder Kontrolle über
ihre eigenen Gefühle bekommen.

**Betreuung
von
traumatisierten
Gruppen und
Klassen
(Eckpunkte einer
Krisenintervention)**



Skiausflug endet für Schüler (12) tödlich

Spitzingsee/Erding (tt) - Eigentlich hätte es ein fröhlicher Skitag werden sollen, der die 500 Schüler und 30 Lehrkräfte der Herzog-Tas-

Bus überrollt Schülerin

Roding. (map) Von den Zwillingsreifen eines Schulbusses ist Freitagmorgen in Roding eine 15jährige Schülerin überrollt worden

Schulbus im Graben Sieben Verletzte

Kelheim. (dpa) Bei einem Schulbusunfall sind am Mittwochmorgen im Landkreis Kelheim sieben Kinder leicht verletzt worden. Auf einer ab-

Serienunfall auf der Autobahn bei München: ein Toter, neun Verletzte

Italien-Fahrt einer Berliner Schulklasse fand ein vorzeitiges Ende

Lkw rammt Reisebus Acht Jugendliche getötet

rei Opfer aus Bayern - 21 Insassen zum Teil schwer verletzt - Fahrt zum Plattensee
beres Stockwerk aufgeschlitzt - Unglücksursache überhöhte Geschwindigkeit

KÖTZTINGER ZEITUNG

Donnerstag, 18. Februar 1999

Bus rutschte in Graben und drohte umzustürzen

Rund 20 Schüler blieben unverletzt - Further Feuerwehr sicherte Bus - Zwei Kräne rückten an

Studie: Betreuung von Kindern nach Verkehrsunfällen mangelhaft

Prof. Stöcker: „Sie leiden besonders unter den seelischen Nachwirkungen“

Krisenintervention: Wie gehen wir vor ?

1. Überblick verschaffen

- Überwinden der eigenen Schockreaktion:
Kühlen Kopf und Ruhe bewahren
- Überblick verschaffen über das Chaos:
 - Was geschah?
 - Wie viele sind verletzt?
 - Wer ist betroffen?
 - Wie geht es dem Kollegen,
dem Leiter?
- Suchen nach einfachen, simplen
Maßnahmen um das Chaos zu strukturieren!
... **Je einfacher, desto besser!**



Wie gehen wir vor ?

2. Beziehung aufbauen

- *„Ich..... bin jetzt für euch da,
Ich bleibe da, ich helfe euch, wenn ihr wollt.“*
(Standartsatz: Ernst nehmen, Zeitangebot)
- *„Wie viele seid ihr ? Wer gehört noch zu euch?
Wer fehlt?“*
(Freundliche Anweisungen, einfache Sätze)
- **Abschirmung von Zuschauern!**
- **Handygebrauch abklären!**

Wie gehen wir vor ?

3. Sicherheitsbedürfnis

- Das Gefühl "sicher" zu sein ist wesentliche Grundvoraussetzung für jede Betreuung!

(Betreuung kann nur aufgebaut werden, wenn sich jemand sicher fühlt!)

- objektiv:

wegvon jeder Gefahr (physisch),
wegvom Einsatzgeschehen (psych.)

- subjektiv: Leitung, Führung, Unterkunft, Wärme, menschliche, körperliche Nähe;

- Grundbedürfnisse befriedigen: Essen, Trinken . . .



Wie gehen wir vor ?

4. Informationsbedürfnis

- Kinder wollen informiert sein!
- Wir bekommen / geben Informationen.

Wir sind
wichtig für sie.

Sie werden ernst genommen,
als Person akzeptiert

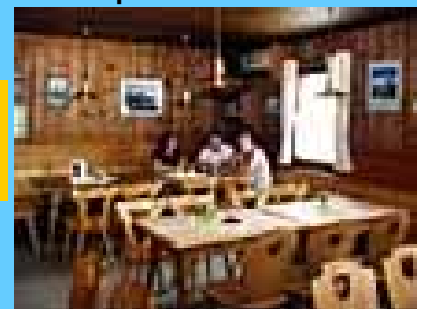
⇒ Alle bekommen die gleichen Informationen
= dies gibt dem einzelnen Sicherheit.

Unsere Chance:

Informationsangebot hält die Gruppe zusammen!

„Ich habe Kontakt, ich bekomme Informationen !

“Hier- in der Hütte -, gebe ich Sie euch weiter!“



Wie gehen wir vor ?

- **Wir lassen den Kontakt nicht abreißen, stellen die räumliche Nähe sicher!**

(Sie sollen immer wissen, wo wir erreichbar sind!)

- **Kinder sind neugierig!**

Durch Informationen und Erklären von dem, was geschieht, was geplant ist, vermitteln wir Orientierung. Damit geben wir ein Stück „Boden unter die Füße.“

durch Sachlichkeit
bekommt



die Angst
ein
Gegengewicht

Wie gehen wir vor ?

- **Kinder fragen immer wieder das Gleiche.**

„Was ist passiert?“ – „Wie ist es passiert?“

- ⇒ **Wir müssen in unseren geduldigen Antworten Teilerlebnisse, diffuse Vorstellungen ausgleichen.**

(vgl. Puzzle)

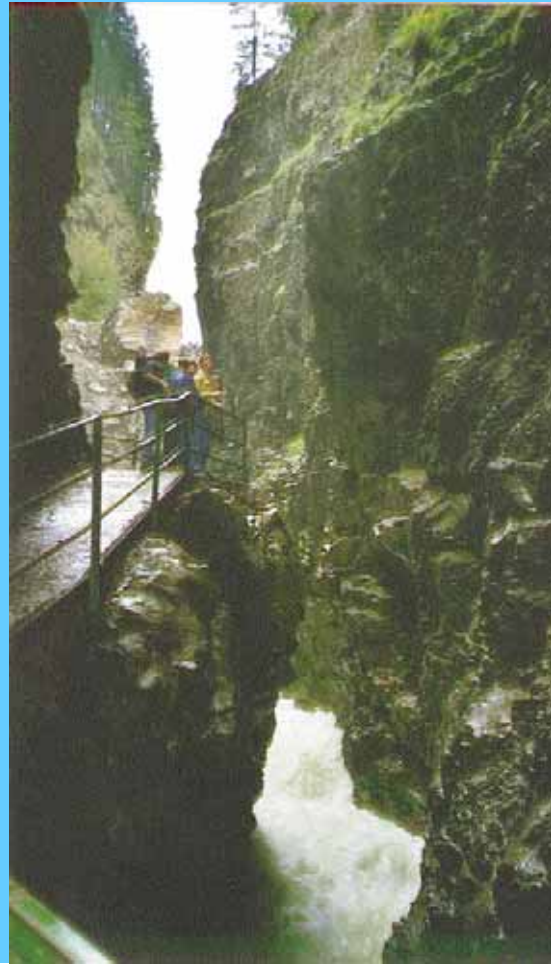
Kinder brauchen diese sachlichen Informationen für ihre Verarbeitung.

Durch Rekonstruktion wird alles leichter, eher verstehbar!

- **Wir sagen ehrlich, wenn wir etwas nicht wissen.**
(Ohne Vertrauen ist eine Betreuung nicht möglich)
- **Wir müssen auch nicht auf alles eine Antwort geben, wissen!**

Wie gehen wir vor ?

- **Wir verschweigen keine Todesnachricht, wenn sie eindeutig geklärt ist. (deutlich, kurz, klar!)**
- **Das Wort „tot“ muss kommen !**
- **Dabei dürfen, sollen wir die eigene Betroffenheit, die eigenen Gefühle zeigen.**



Wie gehen wir vor ?

5. Kommunikationsbedürfnis

- **Reden, sprechen ist eine wichtige Hilfe mit traumatischen Erlebnissen umzugehen.**
- **Reden entlastet! (zuhören, erzählen, reden lassen)**
Wir lassen uns nicht durch plakative Ausdrucksweise stören. Kinder überspielen damit oft die eigene Betroffenheit.
- **Reden beugt sozial. Rückzug u. Absonderung vor!**
- **Kinder haben ein gr. Bedürfnis zu telefonieren.**
(Es ist verständlich, in einer solchen Situation mit Eltern reden zu wollen.)



Handy - ein Problem ?



Unkontrolliertes Telefonieren in einer sehr frühen Phase :

*Halbheiten,
Unwahrheiten,
Wichtigtuerei usw.*

Bewährt hat sich :

In einer sehr frühen Betreuungsphase abklären:

„Wer hat ein Handy?“

„Bitte schaltet es in der nächsten Zeit aus.“

Ich werde euch dies erklären.....!“

Handy- ein Problem

Begründung:

1. *„Wir wollen zuerst miteinander klären, was passiert ist!“*
2. *„Wir möchten zuerst die Eltern verständigen. Sie sollen es nicht auf der Straße erfahren.“*
3. *„Ich werde euch alle Informationen, die für euch wichtig sind, sofort weitergeben. Dann wollen wir darüber reden u. anschließend sachlich und umfassend eure Eltern informieren.“*

Wie gehen wir vor ?

6. Handlungsbedürfnis (Normalisierung, Fortschritt)

= vom Chaos, der
Strukturlosigkeit



in die Handlungs-
fähigkeit kommen

- Menschen wollen nach Katastrophen Fortschritte sehen.
- Alltagsroutine gibt Sicherheit (auch i. d. Schule)
„Was war geplant? Was wolltet ihr heute, morgen noch tun?“ Was machen wir als nächstes?
- *Regeln sind eine gr. Hilfe, bes. wenn Handys aus sind!*
- **Gehen hilft! :**
Stresshormone werden abgebaut!

(Es kommt etwas in Bewegung, es geht weiter...)



Wie gehen wir vor ?

7. Solidarisierungsbedürfnis

- ❖ **Unterstützungseffekt, Hilfsbereitschaft,** Bereitschaft, sich an Regeln, Absprachen zu halten ist in einer solchen Situation in der Gruppe sehr groß. Dies fördert die Identifikation.
- ❖ **Stabilisierungseffekte** innerhalb der Gruppe dürfen nicht unterschätzt und sollen genützt werden.
- ❖ **Alles, was dazu beiträgt, das Gefühl der Zusammengehörigkeit zu verstärken, ist eine wichtige Hilfe.**

Wie gehen wir vor ?

7. Solidarisierungsbedürfnis (Fortsetzung)

- Für Kinder ist es deshalb ganz schlimm, wenn Bezugspersonen - gerade in einer solchen Situation - fehlen.
- Kinder orientieren sich an Bezugspersonen, begreifen manches über die Reaktionen, Emotionen von Erwachsenen!
- Gruppen - möglichst mit Lehrern...- werden deshalb immer zusammen betreut!



Wie gehen wir vor ?

8. Abschiednehmen ermöglichen

- Abschiednehmen ist eine wichtige, letzte "Erfahrung,, => Tod wird b e g r e i f b a r.
- Phantasien u. Legendenbildung wird dadurch vorgebeugt u. ein Einstieg in einen gesunden Trauerprozess ermöglicht.
- Hat sich auch bei Gruppen bewährt!
(Nicht vorschnell ausschließen!)
- Nur freiwillig und in - am besten fachlicher - Begleitung!

Zusammenfassung

Wie können wir als Lehrer in schwierigen psychischen Situationen helfen ?



denken Sachliche Mitteilungen helfen das Erlebte einzuordnen.

*(Reden über Hergang und Tatbestand.
Sprechen u. -Austausch v. Informationen -
verarbeitungs- und altersgemäß ! - führen zu langsamem
Abbau von Angst und Spannung.)*



fühlen Freundliche, nicht zudringliche Zuwendung u. der vorsichtige Austausch von Gefühlen hilft zu erleben, dass wir damit nicht allein sind, dass andere unsere Gefühle verstehen und mit uns teilen.

(Zur Sprache bringen der aufgewühlten Gefühle, darüber sprechen, was das Erlebte in uns bewirkt. Dies hilft mit, dass die Gefühle nicht "unterirdisch", unkontrolliert in uns weiter arbeiten.)



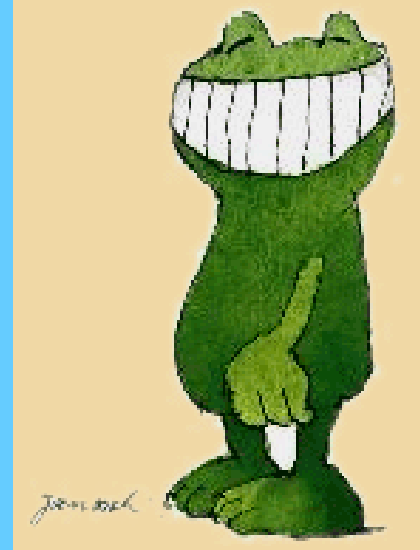
handeln Der Erfahrung von Ohnmacht und Hilflosigkeit durch aktives Tun begegnen und erkennen, dass ich noch handlungsfähig bin.

(Bekämpfung der Gefühle von Hilf-, Halt- und Hoffnungslosigkeit durch Besprechen, was einerseits jetzt - einzeln und gemeinsam - unternommen werden kann, und wie wir uns durch unser Verhalten helfen und gegenseitig stützen können.)

P A U S E

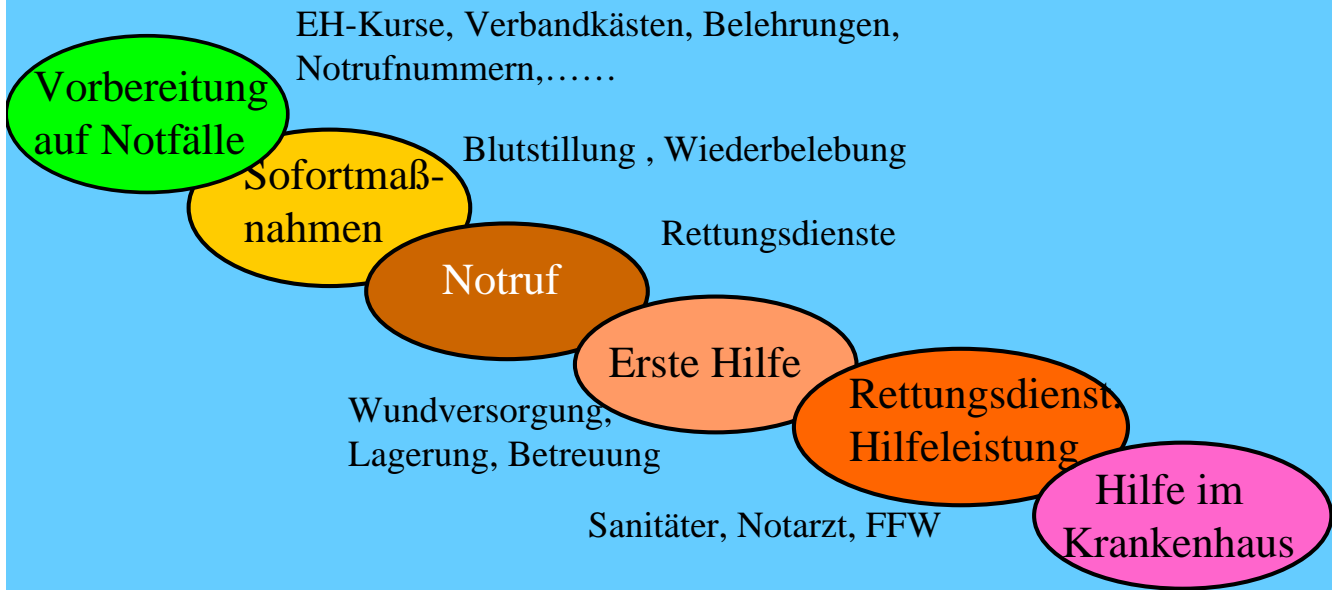
Arbeitsauftrag für die Pause

„...wer Rechtschreibfehler
gefunden hat,
darf sie nun
aufschreiben,
mitnehmen
und behalten,...!“ 😊

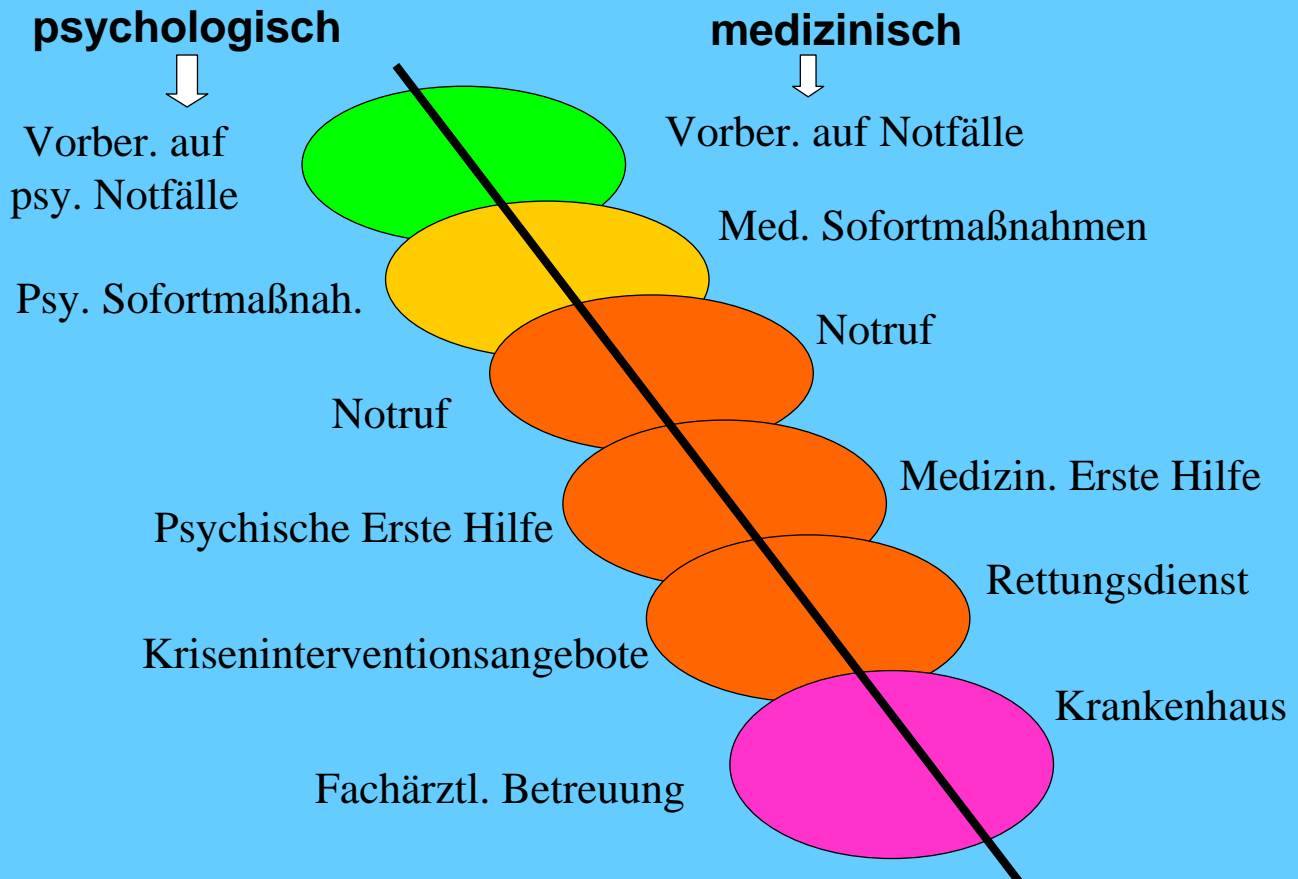


Krisenmanagement in der Schule

Rettungskette



Rettungskette II



Psych. Rettungskette

Psycholog. Sofortmaßnahmen

- Sammeln
- Abschirmen
- Erste Informationen („Es wird alles getan...“)
- Gefühle legitimieren (zulassen, zeigen)

Psych. Rettungskette

Notruf

- Schulintern. Fachkräfte
- Notfallteam, Schulamt
- Krisenteam
 - Notfallseelsorge, KIT
(meist Rettungsleitstelle)
 - KIBBS, (mit Schulpsychologen)
[über Schulamt]

Psych. Rettungskette

Psych. Erste Hilfe

- Vollzähligkeit überprüfen
- Kinder nicht alleine lassen
- Aufklären u. zuhören
(entwickl. bedingtes Informations-
u. Sicherheitsbedürfnis)
- Sicherung d. Grundbedürfnisse
- Erste Gruppenbildung fördern
- Kontakt zu den Eltern herstellen

Psych. Rettungskette

Kriseninterventionsangebote zus. mit NFS / KiBBS / KIS

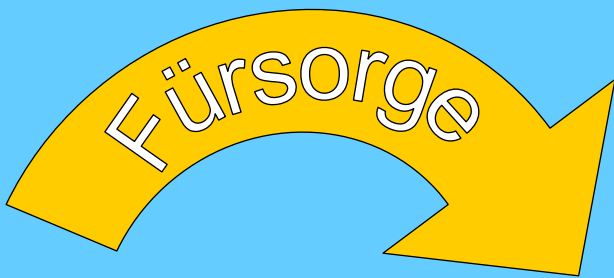
- Kontakt zu / Betreuung der Eltern
- Gesprächsangebote f. Schüler/Lehrer/ev. Eltern
- Rekonstruktion d. Geschehens
- Psychohygiene: Information / Infoblatt
- Beschäftigungsangebote f. Schüler: Gehen, Sport, Musik
- Abklärung: Wer braucht noch intensive Betreuung?
- Angebote d. Besinnung u. Vergewisserung
v. Hoffnung (KIS/RU)

Psych. Rettungskette

Vorbereitung f. psych. Notfälle

- Telefonlisten f. außerord. Ereignisse
- Kontaktadressen
- schulisches Krisenteam
- Musterbriefe, Notfallbox,
- Infoblätter, Abhollisten
- Psychoedukativ. Maßnahmen:
Information ü. Traumatisierungsfolgen

Krisenmanagement - Phasen



Kurzfristig =
möglichst schnell-
durch Entlastung
einem Kollaps
vorbeugen

Fürsorge

Bitte um Hilfe in einer Schulkrise

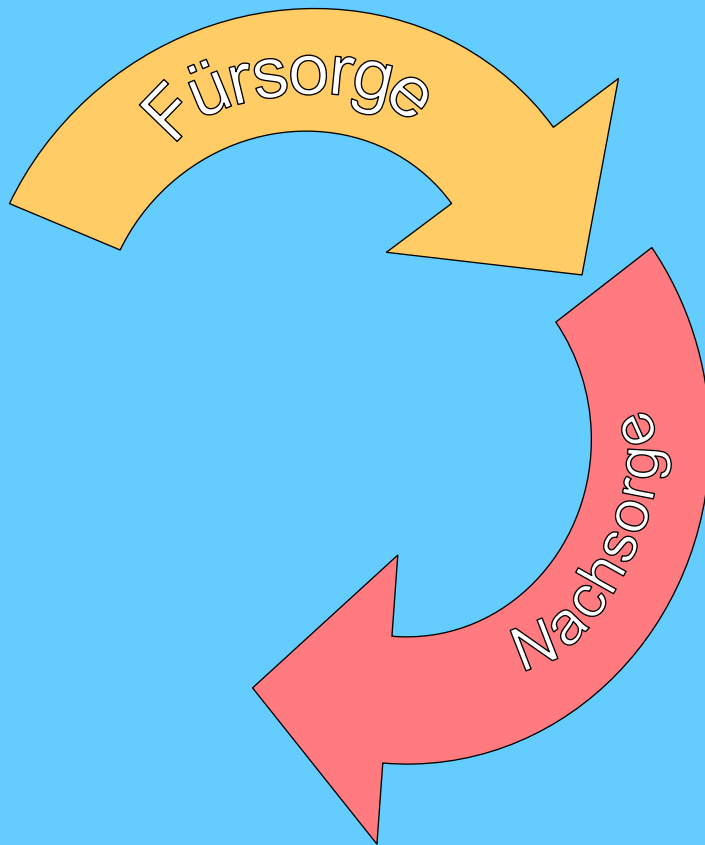
- Betrachten Sie den Umfang und überlegen Sie sorgfältig, ob Sie Hilfe brauchen!
- Oft wird geglaubt, diese Krise ist nicht wichtig genug um Hilfe von anderen zu verlangen. Die Gefühle von Menschen sind immer wichtig!
- Lehnen Sie keine Hilfe von außen ab, nur weil sie befürchten die Kontrolle über ihre Schule zu verlieren. Das passiert nicht, außer sie haben keinen Aktionsplan!
- Je ernster, je größer die Krise, desto mehr Hilfe benötigen Sie. Es ist unmöglich, zu viel Hilfe in einer Krise zu erhalten.
- Hilfe von außen bedeutet nicht, dass das Krisenbewältigungsteam dazu nicht in der Lage ist. Im Gegenteil: Es zeigt, dass man fähig genug ist zu tun, was hilft.
- Helfen Sie sich selbst, indem Sie anderen erlauben, Ihnen in Zeiten der Not zu helfen.

Fürsorge

Verhalten in Krisensituationen

- Lassen sie Kinder. nach Notfallsituationen nicht allein!
- Akzeptieren Sie Gefühlsäußerungen und zeigen Sie eigene Gefühle!
- Seien sie aufmerksam für Wünsche, zeigen Sie Interesse f. Äußerungen ihrer Schüler!
- Machen Sie Ihren Schülern keine Vorwürfe!
- Informieren Sie rasch Ihre Schulgemeinde!
- Verheimlichen Sie nichts und antworten Sie ehrlich auf die Fragen ihrer Schüler!
- Achtung: Schüler, die in einer schwierigen schulischen oder familiären Situation sind, bedürfen in Notfallsituationen einer besonders aufmerksamen Betreuung.

Krisenmanagement -Phasen



Kurz- bis
mittelfristige
Bewältigung;
Kümmern um die
Sekundärfolgen.
(2. - 4. Tag)

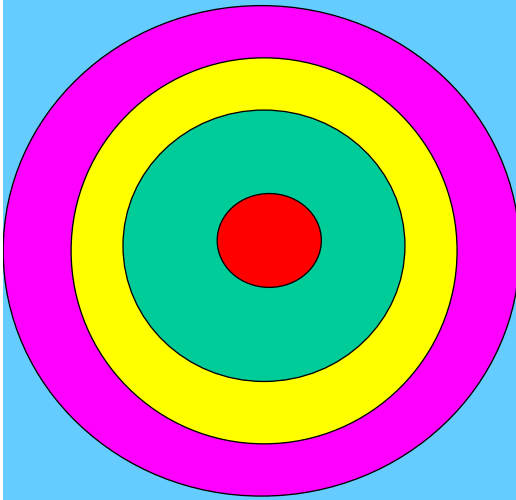
Nachsorge

Arbeitsschwerpunkte von KIT / NFS/ KIBBS

- Strukturierung, Besprechung der nächsten Tage
- Hoffnung auf Normalität stärken
- Angst und Stress weiter reduzieren
- Aufklärung über mögliche Folgen des traumatischen Erlebnisses
- Kontakt mit, Betreuung der Eltern
- Erfahrungsaustausch, Rekonstruktion des Geschehens organisieren (Defusing, Nachsorgetreffs)
- Identifizieren der Risikopersonen für fachlich. Hilfe (Kreise d. Betroffenheit)
- Angebote der Besinnung, Vergewisserung v. Sinn u. Hoffnung (KIS)

Kreise der Betroffenheit

**1. Personen in unmittelbarer Nähe zum Trauma:
direkt betroffene Schüler, Eltern Lehrkräfte**



2. Personen in der näheren Umgebung oder unmittelbare Traumaerfahrung : Familie, Freunde, Schul- u. Klassenkameraden, andere Lehrer, andere Klassen

3. Personen in der „Hördistance“, in der engeren Nachbarschaft: Verwandte, engere Bekannte, ganze Schule.

4. Personen aus der entfernten Nachbarschaft

Nachsorge

Möglichkeiten, Anstöße für die Tage danach (talk and act -Lehrer in Kooperation mit KIBBS, KIS)

1. Eindrücke, Reaktionen u. Gefühle schildern:

- Wo warst du, als es geschah? Wie hast du reagiert?
- Beschreibe, was du gehört und gesehen hast!
- Welche Gefühle hattest du? Was fühlst du nun ? Was macht dir Angst?
- Wie ging es Mitschülern, deiner Familie? Wie geht es ihnen jetzt?

2. Reduktion von Spannungen

- Gefühle mit anderen teilen (Angst als normale Reaktion in einer anormalen Situation ansehen!)
- Unruhe auffangen (Sport, Gehen, Bewegung)
- Malen, Schreiben, Gestalten
- Trauerrituale anbieten (Briefe, Zettel, Steine, Kerzen, Gebete)

Nachsorge

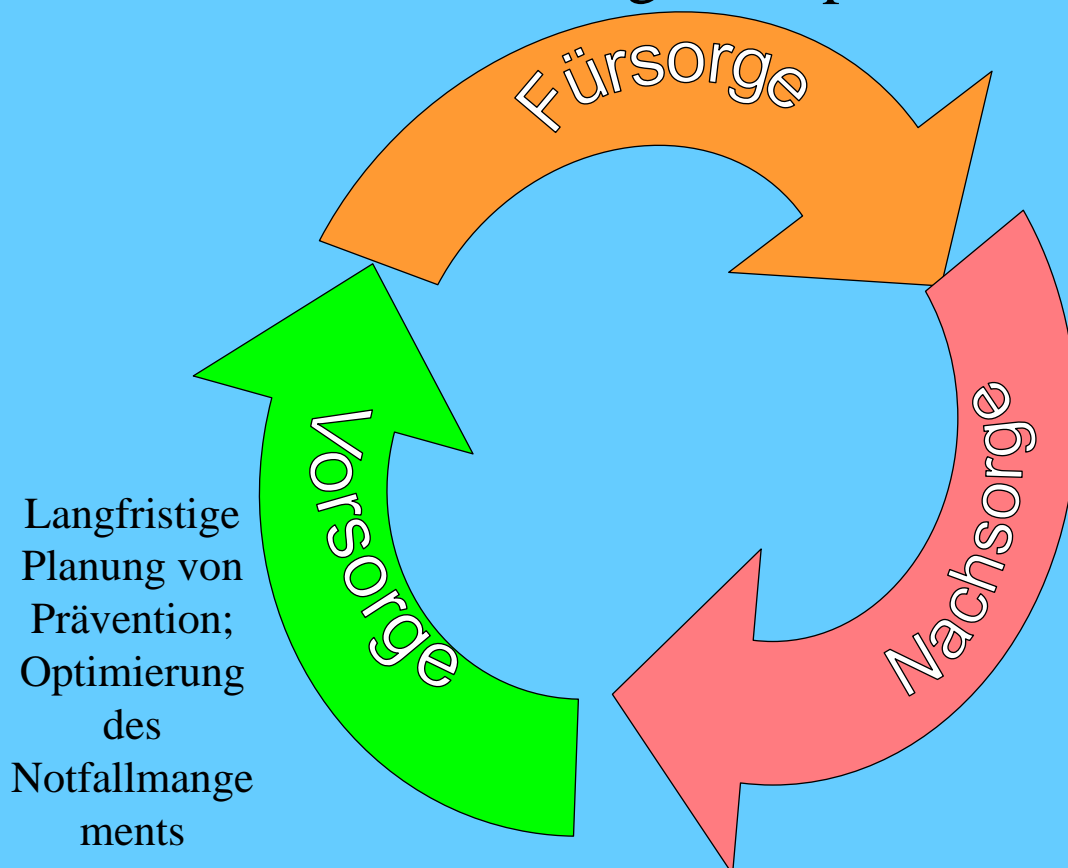
3. Besseres Verständnis der Fakten und der Realität, in der wir leben

- Was weißt du über das Ereignis?
- Trennen von Tatsachen und Gerüchten
- Aus Zeitungsberichten eine Dokumentation erstellen

4. Bewältigungsstrategien ansprechen

- Wer oder was hat dir bisher geholfen, gut getan?
 - Was oder wer könnte dir jetzt helfen, um noch besser damit umzugehen?
 - Wen möchtest du in deiner Nähe haben?
- (Märchen bieten oft Lösungsphantasien für Katastrophen!!)

Krisenmanagementphasen



Vorsorge

Vorbereitung auf Notfälle

- Aufbau eines Krisenteams
- Notfallpläne, Telefon- u. Adresslisten
- Notfallbox
- Psychoedukation d. gesamten Schule
- Thematisierung von Notfallszenarien
- Notfalltraining und Notfallübung in d. Schule

Vorsorge

Mögliche Aufgaben e. Krisenteams

- Liste mit Adressen v. Fachleuten u. Hilfsdiensten f. versch. Szenarien
- Verfassen, Bereithalten v. Musterbriefen zur Information d. Schulgemeinde
- Koordination besonderer Maßnahmen bei außerordentlichen Ereignissen
- Organisation von notfallbezogenen Sonderveranstaltungen, Trauerfeiern, Pressekonferenzen
- Ansprechpartner für Einsatzleitung und Rettungsdienste

Aus dem
gewohnten
Alltag heraus

Krisenspirale

Der Weg führt
weiter.

Das Ereignis passiert.

Ein Verlust tritt ein.

4. Neuorientierung, Aufbruch

Welt mit anderen Augen sehen,
neue Werte entdecken, Mut
fassen, neue Wege gehen

3. Resignation, Unterwerfung, Hinnehmen,

In das Schicksal ergeben,
sich abfinden, gleichgültig,
funktionieren ohne Beteiligung

1. Leugnung, Verdrängung

„Das darf nicht wahr sein!“
„Das kann es gar nicht geben!“
„Doch nicht bei uns“

2. Aggression, Auflehnung

Suche nach Schuldigen,
Aggressivität, Wut,
Selbstvorwürfe, Verzweiflung

Vielen Dank

für eure

Aufmerksamkeit!

Anhang

Anhang

Checkliste zur Hilfe im Notfall

- Leisten Sie med. Erste Hilfe, ziehen Sie ggf. d. Schüler in die Hilfeleistung mit ein!
- Alarmieren Sie Rettungskräfte!
- Schirmen Sie den Tatort weiträumig ab u. schützen Sie die Kinder vor dem Geschehen.
- Versichern Sie den Schülern, dass alles getan wird, um den Verletzten und Ihnen zu helfen!
- Informieren Sie die Schüler ehrlich u. regelmäßig über die Fakten d. Notfallgeschehens!
- Benachrichtigen Sie frühzeitig psychosoziale Fachkräfte und beziehen Sie diese in die Notfallnachsorge an ihrer Schule mit ein!
- Sorgen Sie dafür, dass das Notfallteam der Schule schnellstmöglich zusammentritt!

Checkliste zur Hilfe unmittelbar danach

- Lassen sie die Spuren nach Absprache mit der Polizei möglichst schnell beseitigen!
- Unterstützen Sie spontane Gruppenbildung von Jugendlichen, auch über Klassengrenzen!
- Stellen Sie möglichst bald den Kontakt jüngerer Kinder zu ihren Eltern her!
- Lassen Sie Schüler von betroffenen Klassen von Eltern/Erwachsen abholen und notieren Sie dies!
- Informieren Sie betroffene Schüler/Eltern über akut. Belastungssymptome (ev. Infoblatt)!
- Lassen Sie die Schule auf jeden Fall geöffnet u. ermöglichen Sie, dass einige Lehrer für Schüler da sind. (Ansprechpartner für Fragen u. Informationen)
- Ein kompetenter Gesprächspartner sollte jederzeit zur Verfügung stehen ohne sich aufzudrängen.

Checkliste zur Hilfe in den ersten Tagen nach einem Notfall

- Respektieren Sie, wenn Schüler schweigen möchten!
- Ermutigen Sie Schüler sich gegenseitig zu unterstützen, zu helfen und miteinander zu sprechen!
- Ermöglichen Sie den Schüler eine weitgehend möglichst selbständige und freiwillige Gestaltung des Schulalltags. Bieten sie auch Ablenkungsmöglichkeiten!
- Informieren sie Schüler über Belastungsreaktionen und fördern Sie deren Verständnis u. Akzeptanz!
- Versenden, verteilen Sie Briefe mit notfallpsychol. Informationen!
- Führen Sie durch/mit psychosoz. Fachkräften Gruppengespräche (Erkennen d. Belastungsintensität)!
- Psychosoziale Fachkräfte sollen Einzelgespräche mit Schülern führen, die offensichtlich besonders betroffen sind!

Checkliste für Notfallbox

- Tempotaschentücher
- Papier
- Malstifte
- Kerzen/Teelichter
- Briefumschläge, Briefpapier,
- CD`s mit meditat. Musik
- Mandala
- Muster eines Infobriefs
- Abhollisten
-

Beispiel für Infobrief/Blatt (n. H. v. Wietersheim)

Liebe Schülerinnen u. Schüler!

Wir haben an unserer Schule.....

Anbei einige Hinweise für.....

- Du bist normal und hast normale Reaktionen - mach Dich nicht selber verrückt!
- Es ist normal, wenn Du Dich schlecht fühlst -es ist hilfreich, wenn Du darüber mit anderen redest!
- Wenn Du nachts nicht schlafen kannst, kann es dir helfen, in diesen Stunden Deine Erfahrungen in ein Tagebuch zu schreiben!
- Rede mit Menschen - Erzählen ist eine wirksame Heilmethode!
- Intensive Gedankenarbeit, Alpträume und sich aufzwingende Erinnerungen sind normal! Versuche nicht, sie wegzudrücken! Sie werden mit der Zeit weniger werden und verschwinden.
- Sieh zu, dass Du viel Ruhe bekommst!
- Iß regelmäßig und ausgewogen, auch wenn Du keinen Hunger hast!
- Teil dir Deine Zeit ein - lass dich nicht hängen!

Beispiel für Infobrief II

- Tue Dinge, die Dir gefallen!
- Führe so gut wie möglich dein normales Leben weiter Versuche nicht, Deine Gefühle mit Alkohol oder anderen Drogen zu mildern - sie kommen wieder!
- Fäll jetzt keine großen Entscheidungen!
- Den täglichen kleinen Entscheidungen solltest Du nicht ausweichen. So behältst Du die Kontrolle über Dein Leben!
Wenn Dich z.B. jemand fragt, was Du essen willst, so antworte, auch wenn es Dir eigentlich egal ist!
- Sport und Fitness-Training in den nächsten 1-2 Tagen kann etliche der körperlichen Stressreaktionen mildern und dämpfen!
- Bleib in Kontakt mit anderen - Du bist den anderen nicht egal!
- Verbringe Zeit mit anderen Menschen!
- Hilf Deinen Kameraden, indem Du schaust, wie es den anderen geht! Redet miteinander, auch über eure Gefühle!
- Denke daran, dass auch die Menschen in Deiner Umgebung ihren Stress haben!

Beispiel für Infobrief III

Für Freunde und Familienmitglieder

- Das Wichtigste, das Ihr in dieser Situation für eure Kinder tun könnt, ist Zeit mitbringen und zuhören.
- Wenn Ihr nicht gefragt werdet, bietet von Euch aus an, dass Ihr da seid und zuhören könnt!
- Achtet zusammen mit Euren Bekannten in dieser Zeit besonders auf persönliche Sicherheit!
- Helft bei den täglichen Arbeiten zusammen!
- Nehmt Ärger oder Stimmungsschwankungen nicht persönlich!
- Erzählt Euren Bekannten/Kindern nicht, dass es noch schlimmer hätte sein können. Das ist kein Trost!
- Versichert ihnen, dass Ihr mit ihnen leidet, Ihr Euch bemüht, sie zu verstehen und Ihr ihnen helfen wollt.

Stichpunkte für die Überbringung einer Todesnachricht

- Mit der Überbringung der Todesnachricht sollte möglichst der Klassenlehrer bzw ein Lehrer, der einen engen Bezug zur Klasse hat, beauftragt werden. (Man kann sicher auch zu zweit gehen.) Es sollte nicht unbedingt der Lehrer sein, der zufällig in dieser Klasse die erste Stunde hat!
- **Vorbereitung für das Gespräch in der Klasse**
- Nehmen sie sich kurz Zeit! Schnaufen Sie kurz durch!
- Legen Sie sich die ersten Worte, Sätze zurecht!
- Überlegen Sie sich eine einfache Struktur für das Gespräch in der Klasse!
- Zwingen Sie sich zur Ruhe. Machen Sie ein paar tiefe Atemzüge!
- **Das Gespräche in der Klasse**
- -Reden Sie in kurzen klaren Sätzen!
- -Verwenden Sie möglichst bald das Wort „**tot**“!
- -Seien Sie authentisch! Scheuen Sie sich nicht Ihre Gefühle zu zeigen!
- -Werten Sie keine Reaktionen der Schüler/innen!
- -Lassen Sie den Schülern Raum für ihre Gefühle.
- Es gibt kein richtige und falsche Reaktion!
- Denken Sie nicht, Sie müssten alle Fragen beantworten!
- Geben Sie Informations- und Wissenslücken ehrlich zu!
- Scheuen Sie sich nicht Hilfe für das Gespräch zu holen!
- Nehmen Sie sich von Anfang an einen Kollegen Ihres Vertrauens mit!
- Sprechen Sie anschließend mit Kollegen oder einer Fachkraft,
erzählen wie es Ihnen ergangen ist, wie Sie sich gefühlt haben!
- Gestehe Sie sich zu, Fehler zu machen!
- **In Krisensituationen bleiben wir alle nie fehlerfrei!**

Stichpunkte für die 1. Stunde

- Grundsätzlich: Es gibt es kein Patentrezept!
- Lassen Sie nach der ersten Information Raum für Empfindungen und Gefühlsäußerungen!
- Entzünden Sie eine Kerze am Platz des Verstorbenen.
- Vielleicht sprechen Sie ein kurzes – auch frei formuliertes- Gebet.
- Geben Sie die Möglichkeit vom Verstorbenen zu erzählen und Erinnerungen auszutauschen! (Wann hat man ihn /sie zum letzten Mal gesehen?)
- Was wurde zusammen gemacht? Was hat man an ihm/ihr geschätzt oder auch weniger gemocht?)
- Geben Sie ausführliche sachliche Information! Dies versachlicht und baut ein Stück Sicherheit auf. Gerüchten und Vermutungen wird dadurch entgegengewirkt!
- Achten Sie auf ev Schockreaktionen, die eine med. Betreuung notwendig machen! (Hier kann ein anwesender Kollege oft sehr hilfreich sein.)
- Wo immer Sie die Möglichkeit haben, versuchen Sie zu gehen! Dies entlastet!
- Gestatten Sie bald vorübergehend die Auflösung der Sitzordnung!
- Geben Sie den Schülern Möglichkeiten, ihren unterschiedlichen Gefühlen musisch und/oder handlungsorientiert Ausdruck zu verleihen!
- (Durch Briefe, durch Malen usw. ausdrücken, was sie jetzt empfinden.)
- Sprechen Sie mögliche Bewältigungsstrategien an !(Faltblatt)
- Reden Sie mit den Schülern über ihre Wünsche, was,/wer ihnen jetzt helfen könnte. Ermutigen Sie sie, auch scheinbar Banales zu benennen. Es ist nicht pietätlos trotz aller Trauer auch an das Schöne zu denken und es zu tun.
- Klären Sie ab, wie der Nachmittag gestaltet werden soll!
- (Wer ist/wäre alleine in der Wohnung? Wer möchte mit Klassenkameraden zusammen sein ?)
- Strukturieren, planen Sie grob die nächsten Tage! (Beerdigung.....)
- Der Schulalltag in den nächsten Tagen bietet den Schülern ein Stück Normalität das Leben geht weiter..) und ermöglicht den Kontakt mit Freunden/innen.

Inhalt CD

- Präsentation
- Kurze Hilfestellungen für sofort (Ordner)
- Merkblätter (Ordner)
- Materialien Bruderhilfe (Ordner)
- Suizid (Ordner)
- Texte für die Schule (Ordner)
- Richtlinien....nach Todesfall