



der Erziehungsberatung des Kantons Bern

Band 6

Interventionen in Schulen nach einem Suizidereignis

Andreas Kreis
Ursula Marti
Ruth Regula Schreyer

**Edition
Soziothek**

Praxisforschung der Erziehungsberatung des Kantons Bern (Hrsg.)

Band 6

Andreas Kreis, Ursula Marti, Ruth Regula Schreyer

Interventionen in Schulen nach einem Suizidereignis

Januar 2004 (1. Auflage)

ISBN

**Jede Art der Vervielfältigung ohne Genehmigung
Des Verlags ist unzulässig**

© Edition Soziothek, Bern 2004



der Erziehungsberatung des Kantons Bern

Band 6

Interventionen in Schulen nach einem Suizidereignis

Rückmeldungen an:

Kant. Erziehungsberatung
Praxisforschung
Efffingerstrasse 12
3011 Bern

eb.bern@erz.be.ch

INHALTSVERZEICHNIS

EINLEITUNG	SEITE	4
1. PLANUNG DER KRISENINTERVENTION	SEITE	5
1.1. Bildung eines Kriseninterventions-Teams		5
- Mögliche Zusammensetzung des Kriseninterventions-Teams		5
1.2. Aufgaben des Kriseninterventions-Teams		5
- Vorbereitende Massnahmen		5
- Bei erfolgtem Suizidereignis		6
1.3. Organisationsschema		7
2. RICHTLINIEN FÜR DIE PRAKTISCHE BEWÄLTIGUNG IN DER SCHULE	SEITE	8
2.1. Hilfestellung für die Lehrerschaft		8
2.2. Hilfestellung für Gespräche und Sonderstunden in der Klasse		8
- Situation in der Klasse		8
- Praktische Bewältigung in der Klasse		8
- Leitideen für Gespräche und Sonderstunden		9
2.3. Anleitung zum Umgang mit den Eltern der betroffenen Klasse		10
2.4. Hilfestellung für die Identifizierung von Schüler(inne)n mit einem erhöhten Suizidrisiko		10
- Erhöhtes Suizidrisiko		11
- Allgemeine beobachtbare Anzeichen einer Suizidgefährdung bei Schüler(inne)n für Lehrpersonen		11
3. RICHTLINIEN FÜR DIE BEGEGNUNG MIT DER TRAUERFAMILIE	SEITE	11
4. RICHTLINIEN FÜR GEDENKEN UND BEGRÄBNIS	SEITE	12
5. RICHTLINIEN FÜR DIE MEDIENBERICHTERSTATTUNG ZUM THEMA SUIZID	SEITE	13
6. DIE SUIZIDALE ENTWICKLUNG UND DER SUIZIDVERSUCH	SEITE	14
6.1. Die suizidale Entwicklung		14
6.2. Warnsignale		14
6.3. Ansprechen		15
6.4. Nach einem Suizidversuch		15
INDEX (Mustertexte für Briefe)	SEITE	16
Orientierungsbrief Suizid (Mitteilung an die Schüler/-innen von der Klassenlehrperson)		16
Orientierungsbrief vermuteter Suizid		16
Orientierung bei bestätigtem Suizid		17
Liebe Eltern		17
LITERATUR	SEITE	18

EINLEITUNG

Der Suizid einer Schülerin/eines Schülers oder einer Lehrperson hat grosse Auswirkungen auf die ganze Schule. Es besteht die Gefahr, dass andere Mitschüler/-innen mit der traumatischen Situation schlecht zurecht kommen und selber zu Suizidhandlungen verleitet werden.

Die Interventionen, die in dieser Broschüre beschrieben werden, sollen nach einem erfolgten Suizid helfen,

- einen gesunden Trauerprozess in Gang zu bringen
- gefährdete Jugendliche zu erkennen
- die Normalität im Tagesablauf der Schule baldmöglichst wieder herzustellen.

Schulleitung, Lehrerschaft und Fachpersonen unterstützen sich gegenseitig beim Auffangen der emotionalen Betroffenheit.

Das vorliegende Konzept ist im Grundsatz auch auf andere ausserordentliche Ereignisse wie schwere Unfälle, Gewalttaten, Katastrophen etc. anwendbar.

Die nachfolgend beschriebenen Massnahmen sind umfassend.

Jede Schulleitung entscheidet, welche Massnahmen dem Ereignis und den Möglichkeiten der Schule angemessen sind.

Wir haben den Inhalt dieser Broschüre dem ZEPRA (Zentrum für Prävention, St. Gallen) für die Publikation ihres Ordners „sicher! *gsund!*“ (2002) zur Verfügung gestellt. Für die vorliegende Fassung durften wir das von ihnen erarbeitete Layout übernehmen.

1. PLANUNG DER KRISENINTERVENTION

1.1. Bildung eines Kriseninterventions-Teams

Der erste Schritt bei der Entwicklung eines Interventionsprogramms ist die Bildung eines interdisziplinären Kriseninterventions-Teams, das beim Eintreten eines entsprechenden Vorfalles aktiv wird und die zutreffenden Massnahmen selbstständig durchführt.

Team-Bildung

Die Zusammensetzung des Kriseninterventions-Teams ist abhängig von der Grösse der Schule. Die einzelnen Personen sollen schnell abrufbar und bereit sein, die Verantwortung und Belastung auf sich zu nehmen, die diese Aufgabe mit sich bringt.

Verantwortung und Belastbarkeit

Es ist sinnvoll, eine aussenstehende, neutrale Fachperson (z.B. Kinder- und Jugendpsychologin oder Kinder- und Jugendpsychiater) als Mitglied des Kriseninterventions-Teams beizuziehen.

Fachperson beiziehen

Mögliche Zusammensetzung des Kriseninterventions-Teams

- Schulleitung (Leitung des Kriseninterventions-Teams)
- Schulkommissionspräsident/-in
- Mitglieder der Lehrerschaft
- Fachperson, z.B. Erziehungsberatung, Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst, Schulärztin/Schularzt etc.

Zur Beachtung: Es sollte eine erwachsene Vertrauensperson des Verstorbenen, evtl. der Trauerfamilie vertreten sein.

1.2. Aufgaben des Kriseninterventions-Teams

Vorbereitende Massnahmen

Das Kriseninterventions-Team bereitet sich auf seinen eventuellen Einsatz vor, durch

- **Die Entwicklung eines den spezifischen Gegebenheiten der Schule entsprechenden Organisationsschemas** (vergl. hinten)
 - Diskussion des Vorgehens im Kollegium
 - Vereinbarung einer gemeinsamen Linie
 - Festlegung der Zeitgefässe für die Trauerarbeit während des Unterrichts
- **Bereitstellen von folgenden Mustertexten** (Beispiele siehe „Index“)
 - Mitteilung an die Schüler/-innen (durch die Klassenlehrkraft)
 - Schriftliche Orientierung der Eltern der Klassenkamerad(inn)en und evtl. aller Kinder der Schule (abhängig von der Grösse und Organisation der Schule)
- **Zuteilung der Funktionen** (Leitung, Mediensprecher/-in etc.)

Organisationsschema

Mustertexte vorbereiten

Funktionen aufteilen

Bei erfolgtem Suizidereignis

• Kontaktaufnahme mit der betroffenen Familie:

- wenn möglich genaue Informationen über den Sachverhalt sicherstellen
- den Angehörigen das weitere Vorgehen der Schule erläutern
- gegenseitige Abmachungen über den Inhalt der Information und über das Vorgehen treffen
- sowohl in der Familie als auch in der Schule je eine Ansprechperson festlegen.

Ansprechpersonen festlegen

• Information der Lehrerschaft:

Es ist entscheidend, die Lehrerschaft als Erstes zu benachrichtigen, z.B. durch die Einberufung einer ausserordentlichen Lehrerkonferenz oder durch ein Kettentelefon **vor Schulbeginn**. Die Lehrerschaft soll Zeit haben, sich mit ihren eigenen Gefühlen auseinander zu setzen, bevor sie vor die Klasse tritt.

mit eigenen Gefühlen auseinander setzen

• Vorbereitung der Information an die Schüler/-innen durch die Klassenlehrkraft:

Das Kriseninterventions-Team bereitet eine kurze schriftliche Erklärung vor. Diese wird sinngemäss den Schüler(inne)n mitgeteilt, evtl. vorgelesen. Die Erklärung beinhaltet nur Fakten über das Suizidereignis und gibt Hinweise auf Beratungsangebote für Schüler/-innen.

Hinweise auf Beratungsangebote

• Orientierung der Eltern der Klassenkamerad(inn)en resp. der Eltern aller Schüler/-innen (abhängig von der Grösse der Schule).

Elterninformation

• Orientierung der Medien (nur wenn die Medien involviert sind):

Vom Kriseninterventions-Team wird eine Person als Mediensprecher/-in beauftragt, die beachtet, dass bei der Orientierung folgende Richtlinien eingehalten werden:

- Jede Nachricht über einen Suizid darf nicht ohne Überprüfung bzw. Bestätigung verbreitet werden.
- Bei unklarer Todesursache ist auf diese Ungewissheit hinzuweisen.
- Falls entsprechende Fakten über den Suizid vorliegen, kann jegliche Zurückhaltung oder Verzögerung von Informationen zu Gerüchten führen. Deshalb muss offen und direkt über den Vorfall orientiert werden und die Orientierung ehrlich und einfühlsam erfolgen.
- Der Suizid soll nicht verheimlicht werden, doch ist der Wunsch der Familie, gewisse Informationen vertraulich zu behandeln, wenn immer möglich zu respektieren (siehe „Richtlinien für die Medienberichterstattung zum Thema Suizid“).

Medieninformation

• Hilfestellung bei der Bewältigung des traumatischen Ereignisses:

In den Tagen unmittelbar nach dem Suizid sind die beiden folgenden Massnahmen wichtig:

- Das Kriseninterventions-Team sorgt zusammen mit der Lehrerschaft für die Aufrechterhaltung einer ruhigen, unterstützenden Atmosphäre. Die durch den Unterrichtsbetrieb gegebene Tagesstruktur wirkt für Schüler/-innen und Lehrerschaft stabilisierend.
- Das Kriseninterventions-Team organisiert für die Klassen, die Lehrkräfte und für sich selber fachliche Beratung: für die Schüler/-innen Beratungsgespräche und Sonderstunden, für die Lehrerschaft und das Kriseninterventions-Team Fachberatung und evtl. Supervision (siehe „Richtlinien für die praktische Bewältigung in der Schule“).

ruhige, unterstützende Atmosphäre

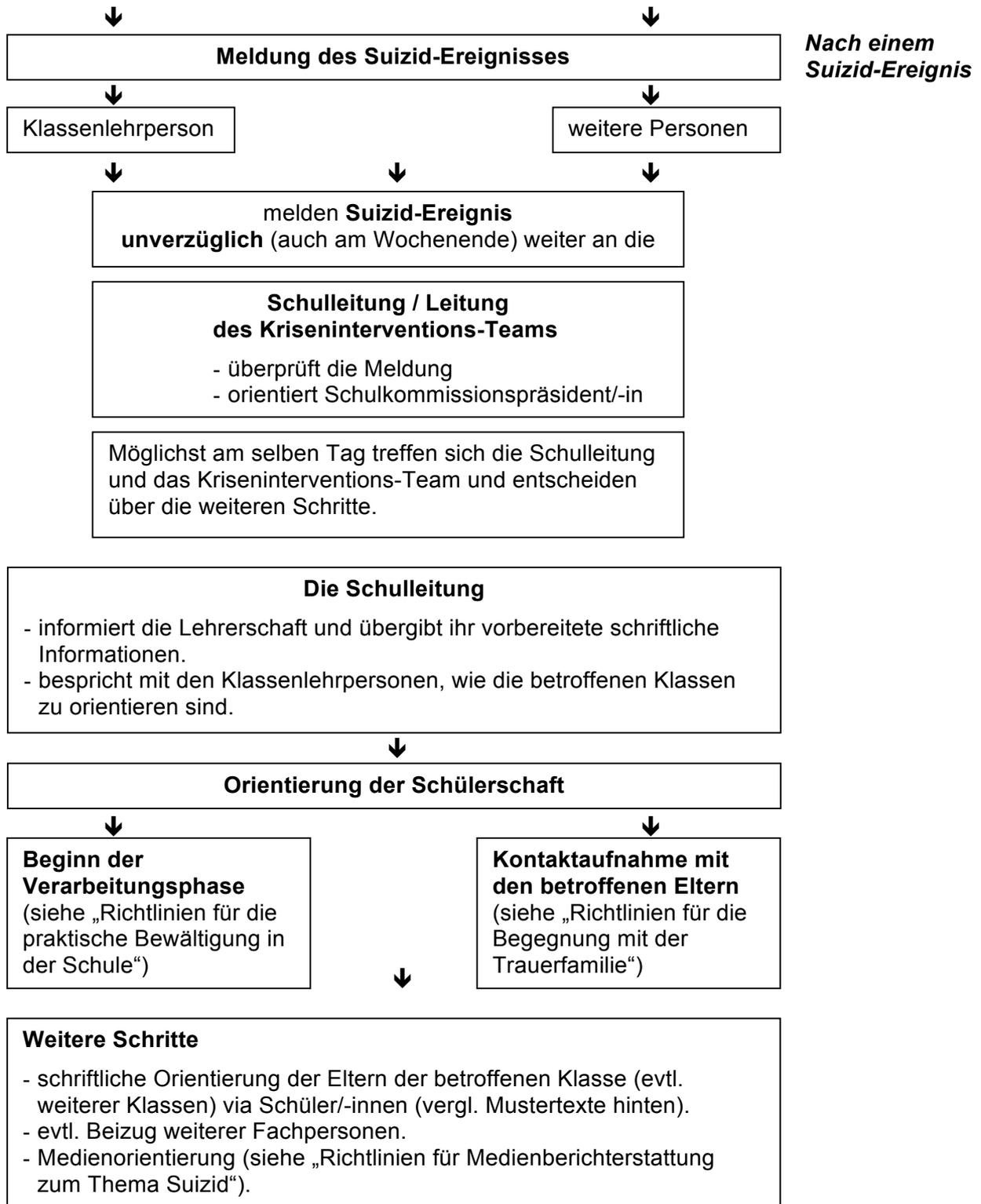
Stabilisierung

Fachberatung

1.3. Organisationsschema

- Die Mitglieder des Kriseninterventions-Teams und ihre Funktionen sind bestimmt (inkl. Medienkonzept, Stellvertretung bei Ferienabwesenheit etc.).
- Die Arbeitsgruppe verfügt über eine Liste von externen Fachpersonen.

Vor einem Suizid-Ereignis



Nach einem Suizid-Ereignis

2. RICHTLINIEN FÜR DIE PRAKTISCHE BEWÄLTIGUNG IN DER SCHULE

2.1. Hilfestellung für die Lehrerschaft

Auch die Lehrpersonen brauchen Hilfe, Begleitung und Unterstützung. Ihre emotionale Betroffenheit ist möglicherweise noch grösser als diejenige der Schüler/-innen. Sie haben die schwierige Aufgabe, ihre Klasse durch die Krise zu begleiten und gleichzeitig mit ihrer eigenen Betroffenheit zurecht zu kommen. Es ist deshalb angezeigt, dass auch Lehrpersonen fachliche Hilfe in Anspruch nehmen können.

- Die Lehrpersonen werden durch die Schulleitung und das Kriseninterventions-Team über alles Wesentliche auf dem Laufenden gehalten.
- Lehrpersonen können für die Wiedergabe der Informationen und beim Thematisieren des Ereignisses in der Klasse Unterstützung beim Kriseninterventions-Team oder bei Kollegen holen.
- Für die Lehrpersonen und das Kriseninterventions-Team soll fachliche Beratung und evtl. Supervision zur Verfügung stehen.
- Lehrpersonen sind bezüglich des Erkennens gefährdeter Schüler/-innen zu informieren und entsprechend zu schulen.

2.2. Hilfestellung für Gespräche und Sonderstunden in der Klasse

Situation in der Klasse

Trauma und Trauer werden auf unterschiedliche Weise bewältigt. Es gibt keine „richtigen“ oder „falschen“ Reaktionen, solange sie nicht destruktiv sind. Schock, Angst, Traurigkeit, Schuld und Wut bei den Hinterbliebenen gelten als völlig normal. Verschiedenste psychische und physische Störungen (akute traumatische Belastungsreaktionen) können auftreten, verschwinden jedoch meistens nach einigen Tagen oder Wochen wieder. Folgende Symptome sind bekannt: Flashbacks, Alpträume, Schlafprobleme, Konzentrationsschwierigkeiten, Betriebsamkeit, emotionale Stumpfheit, Gleichgültigkeit, Teilnahmslosigkeit, Schreckhaftigkeit, Angst, Depression, Suizidgedanken, Essprobleme etc. Es ist wichtig, die intensiven Gefühle und Reaktionen zu thematisieren, zu teilen und Hilfe bei der Bewältigung anzubieten, respektive zu vermitteln.

Praktische Bewältigung in der Klasse

Zu jedem Suizid gehört eine lange Vorgeschichte, die wir als Aussenstehende nicht kennen können. Es wäre falsch, die Ursache einem einzigen erkennbaren - äusseren - Grund zuzuschreiben.

- Das Kriseninterventions-Team beschliesst in Absprache mit einer Fachperson, ob, in welcher Form und zu welchem Zeitpunkt in der betroffenen Klasse ein Beratungsgespräch angeboten wird.
- Die betroffene und die übrigen Klassen erhalten Zeitgefässe für die Thematisierung des Ereignisses.

Begleitung und Unterstützung durch Fachpersonen

guter Informationsfluss

Es gibt keine „richtigen“ oder „falschen“ Reaktionen

lange Vorgeschichte

Beratungsgespräche für die betroffene Klasse

Zeitgefässe

<ul style="list-style-type: none"> • Schüler/-innen dürfen ihre Betroffenheit zeigen und sollen sich schriftlich oder mündlich dazu äussern können. 	<i>schriftlich oder mündlich äussern</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Durch die Änderung der Sitzordnung kann ein Umgang mit dem leeren Stuhl gefunden werden. 	
<ul style="list-style-type: none"> • Die Klasse soll Halt und Rhythmus erhalten und zur Tagesordnung zurückkehren. 	<i>Halt und Rhythmus</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Schüler/-innen sind auf die Nachahmungsgefahr aufmerksam zu machen. Sie müssen wissen, an wen sie sich wenden können, wenn sie Gefahrenzeichen bei sich oder anderen erkennen (siehe „Hilfestellung für die Identifizierung von Schüler(inne)n mit einem erhöhten Suizidrisiko“). 	<i>Nachahmungsgefahr</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Unter Berücksichtigung der entsprechenden Orientierung durch die Schulleitung sollen Fragen des Besuchs der Beerdigung oder des Aufbahrungsortes diskutiert und über eine mögliche Mitgestaltung der Trauerfeier gesprochen werden. 	<i>Teilnahme an der Beerdigung</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Für die Zeit zwischen dem Ereignis und der Beerdigung kann ein sichtbares Zeichen der Anteilnahme geschaffen werden. Dies soll aber zeitlich begrenzt sein (keine dauerhaften Erinnerungen, wie Gedenktafeln und Bäume). 	<i>zeitlich begrenztes, sichtbares Zeichen</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Eingehende Diskussion der praktischen Möglichkeiten zum Suizid sind zu vermeiden. 	<i>keine Diskussion zu praktischen Möglichkeiten</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Angebot von spezifischen Hilfestellungen für Schüler/-innen (Einzel- und Gruppengespräche). 	<i>Angebote schaffen</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Die Schüler/-innen sollen keine Angaben gegenüber Vertretern von Presse, Fernsehen etc. machen, sondern diese an den Mediensprecher/die Mediensprecherin des Kriseninterventions-Teams verweisen. 	
<p>Leitideen für Gespräche und Sonderstunden</p> <p>Bei Gesprächen mit Einzelnen, Kleingruppen oder Klassen sollen folgende Punkte berücksichtigt werden:</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Es gibt keine „richtige Art“, wie man sich nach einem Suizidereignis zu fühlen hat. Während die einen mit intensiven Gefühlen reagieren, sind die anderen durch den Schock wie versteinert, manche bleiben distanziert und fühlen sich gar nicht besonders betroffen. 	<i>unterschiedliche Reaktionen</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Wichtig ist, weder der verstorbenen Person noch irgend jemand anderem die Schuld für den Suizid zuzuweisen. 	<i>keine Schuldzuweisung</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Der Suizid soll nicht in positiver Art und Weise beschrieben und verherrlicht werden. Suizid ist weder romantisch noch heroisch. Er bringt zwar kurzzeitig Beachtung, es gibt jedoch andere Möglichkeiten, Aufmerksamkeit zu erhalten. 	<i>keine Verherrlichung</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Die Lehrkräfte erklären, dass sich die verstorbene Person vor dem Suizid in einer ausweglos scheinenden Lebenssituation fühlte und keine anderen Möglichkeiten mehr sah, ihre Probleme zu lösen. 	<i>ausweglose Situation</i>

- Die Schüler/-innen sollen Erinnerungen an den Verstorbenen untereinander austauschen können. Es ist hilfreich darüber zu sprechen, wie lange sie die verstorbene Person gekannt haben, was sie mit ihr gemacht haben, was sie gern getan hat etc. Sie sollen beschreiben, wann und wo sie sie zum letzten Mal gesehen haben, was sie mit ihr getan oder gesprochen haben. Sie sollen sich auch vorstellen, was sie ihr noch gerne gesagt hätten, wenn sie gewusst hätten, dass dies die letzte Begegnung sein würde.
- Mit der betroffenen Klasse wird darüber gesprochen, wie sie ihr Beileid gegenüber der Trauerfamilie ausdrücken möchte.
- Schüler/-innen werden dazu ermutigt, mit ihren Eltern und Freunden über ihre Gefühle und Gedanken zu sprechen. Die Schüler/-innen sollen genau darüber informiert werden, wo sie sich professionelle Hilfe holen können (Namen möglicher Berater, Telefonnummern, Adressen etc.).
- Schüler/-innen bleiben nur dann der Schule fern, wenn ihre Eltern damit einverstanden sind. Sie sollten nach den Gesprächen oder Sonderstunden nicht alleine den Heimweg antreten und/oder in ein leeres Haus kommen, sondern besser mit ihren Freunden oder mit Bekannten zusammen sein.

Erinnerungen austauschen

Möglichkeiten des Beileids

Ermutigung, mit anderen darüber zu sprechen

niemanden alleine lassen

2.3. Anleitung zum Umgang mit den Eltern der betroffenen Klasse

In den ersten Tagen nach dem erfolgten Suizid könnte ein Elternabend organisiert werden. Möglicherweise machen sich die Eltern der betroffenen Klasse Sorgen, wie ihr Kind das Trauma bewältigt. Auch sie brauchen Informationen und Unterstützung. Dieser Elternabend sollte kurzfristig angesetzt und in der Dauer zeitlich begrenzt sein. Es geht primär darum, die Eltern sachlich zu informieren, wie sie ihrem Kind begegnen sollen. Nebenbei können aber auch Eltern, die selber mit dem Schock nicht zurecht kommen, identifiziert und auf professionelle Hilfe aufmerksam gemacht werden.

Verunsicherung der Eltern auffangen

2.4. Hilfestellung für die Identifizierung von Schüler(inne)n mit einem erhöhten Suizidrisiko

Da die Ansteckungs- und Nachahmungsgefahr bei Jugendlichen nach dem Suizid einer Kollegin/eines Kollegen gross ist, müssen die Lehrerschaft, die Eltern und die Schüler/-innen darauf aufmerksam gemacht werden, wie sie gefährdete Jugendliche erkennen können. Eltern sollen mit Lehrpersonen über ihre Sorgen und auch über Auffälligkeiten bei ihren Kindern sprechen. Lehrkräfte müssen Eltern informieren, wenn ihnen ein Kind verändert erscheint. Für diese Jugendlichen sollte fachliche Hilfe vermittelt werden (Erziehungsberatungsstelle, Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst, frei praktizierende Psychiaterinnen oder Psychologen).

Auffälligkeiten beachten

In der Regel vertrauen sich gefährdete Jugendliche unter dem „Siegel der Verschwiegenheit“ ihren Klassenkamerad(inn)en an. Diese müssen informiert werden, dass sie solche Geheimnisse auf keinen Fall hüten dürfen und an wen sie sich damit wenden können (Lehrkräfte, Eltern, Personen aus Jugendarbeit, Kirche, schulärztlichem Dienst etc.).

Anlaufstellen

Erhöhtes Suizidrisiko besteht bei

- Geschwistern und Freunden des Verstorbenen, vor allem dann, wenn sie von der Suizidalität wussten und die Alarmzeichen nicht erkannten, resp. nicht ernst nahmen.
- Zeugen des Suizids
- Kindern und Jugendlichen mit früherem Suizidversuch
- Kindern und Jugendlichen mit Tendenz zu depressiven Reaktionen
- Kindern und Jugendlichen mit ausserordentlichen Belastungen in der Familie
- Kindern und Jugendlichen mit starken zusätzlichen Belastungen.

Allgemeine beobachtbare Anzeichen einer Suizidgefährdung bei Schüler(inne)n für Lehrpersonen

- plötzlicher Leistungsabfall
- Schulverweigerung
- gedankliches Beschäftigen mit dem Tode, welches in Zeichnungen, Aufsätzen etc. zum Ausdruck kommen kann
- Veränderungen im Sozialverhalten wie Rückzugsverhalten, Abbruch von Freundschaften etc.
- äusserlich sichtbare Unordentlichkeit und Vernachlässigung
- Veränderungen in Bezug auf das Schlaf- und Essverhalten („Dauerschlaf“ resp. Schlaflosigkeit, Gewichtszu-, resp. Gewichtsabnahme)
- Ankündigung des Suizids (rund 80% aller Suizide werden direkt oder indirekt angekündigt)
- handlungsgebundene Alarmzeichen, z.B. das Verschenken von persönlichen Gegenständen.

3. RICHTLINIEN FÜR DIE BEGEGNUNG MIT DER TRAUERFAMILIE

Die Schulleitung und betroffene Lehrkräfte sollen die Trauerfamilie besuchen und ihr emotionale Unterstützung anbieten. So besteht die Möglichkeit, falls die Familie es wünscht, Informationen über die verstorbene Person an die Schule oder an die Klassenkamerad(inn)en weiter zu geben. Es ist nicht nötig, aber hilfreich, wenn die Eltern ihr Einverständnis für eine Krisenintervention in der Schule geben. Die Familie kann helfen, Freunde und deren Geschwister zu identifizieren, die andere Schulen besuchen. Betroffene Familien fühlen sich oft isoliert und stigmatisiert. Es ist wichtig, ihnen zu zeigen, dass man sie ernst nimmt.

emotionale Unterstützung anbieten

Oft sind sie froh zu erfahren, dass die Schule bemüht ist, den andern Kindern und der Lehrerschaft in ihrem Leid beizustehen und ihnen bei der Verarbeitung des Traumas zu helfen. Der Familie muss mitgeteilt werden, was die Schule für die Nachbetreuung plant.

Nachbetreuung

Mit den Eltern soll besprochen werden, wie sie die Gegenstände ihres verstorbenen Kindes von der Schule nach Hause holen können. Vielleicht möchten sie es allein machen, vielleicht durch Dritte oder gemeinsam mit einer Lehrperson. Es ist auch wichtig, den Eltern mitzuteilen, wo sie sich in der Gemeinde professionelle Hilfe holen können oder sie auf Selbsthilfegruppen hinzuweisen.

Professionelle Hilfe in der Gemeinde oder Selbsthilfegruppen

Im Kontakt mit Familien aus anderen Kulturen gilt es, Rücksicht auf ihre Sitten und Bräuche zu nehmen.

Rücksicht auf Sitten anderer Kulturen

4. RICHTLINIEN FÜR GEDENKEN UND BEGRÄBNIS

Einerseits soll der Trauerprozess unterstützt und andererseits die Idealisierung oder Sensationsmache vermieden werden. Dieses Gleichgewicht zu bewahren ist eine heikle Angelegenheit bei Gedenkaktivitäten. Zeitlich begrenzte sichtbare Handlungen sind aber wichtig und entsprechen dem Bedürfnis, der verstorbenen Person und ihren Angehörigen ein Zeichen zu setzen. Solche Aktivitäten dürfen sich jedoch nicht auf andere Situationen in der Schule ausdehnen. Sie müssen klar definiert und zeitlich beschränkt sein.

Gleichgewicht bewahren

Klar definiert und zeitlich beschränkt

Fragwürdig sind Unternehmungen, wie beispielsweise Gedenktafeln aufstellen, einen Baum pflanzen etc. Solche überdauernde Erinnerungen könnten für gefährdete Schüler/-innen potentiell als Aufforderung dienen, ebenfalls Suizid zu begehen. Trauernde und traumatisierte Jugendliche würden möglicherweise in ihrer Trauerarbeit verharren. Die Lehrerschaft soll das als einen Teil des Trauerprozesses sehen und verstehen, jedoch gleichzeitig versuchen, die Energie der Schüler/-innen in konstruktive, lebensbejahende Projekte zu leiten.

Alle Jugendlichen, die am Begräbnis teilnehmen möchten, sollen unterstützt werden, falls eine elterliche Erlaubnis vorliegt. Das Begräbnis spielt eine wichtige Rolle und hilft dabei die Realität des Todes zu akzeptieren. Es ist ein Ritual, um die Trauer mit anderen zu teilen. Die Eltern sollen ermutigt werden, ihre Kinder zu begleiten und mit ihnen über diese Erfahrung zu reden. Das Begräbnis kann einzeln oder in Gruppen besucht werden. Falls es während der Schulzeit stattfindet, sollte der Schulbetrieb für diejenigen Schüler/-innen, die nicht teilnehmen, aufrechterhalten bleiben.

Ritual, um die Trauer mit anderen zu teilen

Wenn die Familie eine Trauerfeier im engsten Familienkreis wünscht, hat die Schule die Möglichkeit, schulintern eine Gedenkfeier zu gestalten.

schulinterne Gedenkfeier

5. RICHTLINIEN FÜR DIE MEDIENBERICHTERSTATTUNG ZUM THEMA SUIZID

Das Kriseninterventions-Team sucht nicht von sich aus den Kontakt zu den Medien. Erfährt das Kriseninterventions-Team, dass die Medien bereits involviert sind, müssen folgende Punkte beachtet werden.

Keine aktive Kontaktaufnahme

Heute gilt als erwiesen, dass manche Formen der Berichterstattung über Suizide in den Medien weitere Suizide als sogenannte Imitationshandlungen nach sich ziehen können. In den letzten Jahren sind Richtlinien für Medienschaffende zur Berichterstattung über das Thema Suizid publiziert worden.

Einerseits stützen sich diese Richtlinien auf wissenschaftliche Literatur, andererseits auf klinische Erfahrungen mit Menschen in suizidalen Krisen. Bevor sich jemand entschliesst, seinem Leben ein Ende zu setzen, findet eine längere Entwicklung statt, in der sich der Betroffene vermehrt mit dem Gedanken an Suizid befasst. Während dieser Zeit kann ein Bericht über den Suizid eines anderen Menschen als Hinweis für einen möglichen letzten Ausweg betrachtet und der Entschluss zum eigenen Suizid gefasst werden - sofern keine Hilfe von Aussen kommt.

So wie Medienberichte Suizid auslösen können (negative Suggestion), kann ein entsprechend abgefasster Bericht einen Menschen in einer suizidalen Krise positiv beeinflussen und ihm Wege zur Hilfe aufzeigen.

Die Aufmerksamkeit auf den Bericht und damit die Gefahr von Suizidhandlungen wird erhöht, wenn

- in einem reisserischen Aushang auf den Artikel hingewiesen wird
- der Bericht auf der Titelseite erscheint, besonders auf der oberen Hälfte
- der Ausdruck „Selbstmord“ oder „Suizid“ in der Artikelüberschrift verwendet wird
- eine Fotografie der betreffenden Person gezeigt wird
- implizit die Handlung als bewundernswert, heroisch oder mit Billigung dargestellt wird („In dieser Situation war eigentlich nur klar, dass....“).

Der Nachahmungseffekt wird umso grösser sein, je mehr

- spezielle Details (z.B. Örtlichkeiten) und der gesamte Ablauf der Suizidmethode publik gemacht werden
- der Suizid als „unverständlich“ dargestellt wird („wo er doch alles hatte, was das Leben bieten kann“)
- romantisierende Motive verwendet werden („ewig vereint sein“)
- Simplifizierungen vorkommen („Selbstmord wegen schlechter Noten in der Schule“).

Der Nachahmungseffekt wird geringer sein, wenn

- klare Alternativen aufgezeigt werden (wo hätte die Person Hilfe finden können?)
- auch solche Berichte folgen, in denen die Bewältigung von Krisensituationen dargestellt wird
- Informationen über Hilfsmöglichkeiten und Arbeitsweisen von Hilfsstellen gebracht werden
- Hintergrundinformationen über die Suizidgefährdung und das weitere Vorgehen gegeben werden.

Alternativen

Bewältigung von Krisen

Hilfsangebote

Hintergrundinformationen

6. DIE SUIZIDALE ENTWICKLUNG UND DER SUIZIDVERSUCH

Ein suizidaler junger Mensch will in der Regel nicht tot sein, er will eine andere Lebenssituation.

Suizidhandlungen bewirken im sozialen Umfeld (Familie, Freundeskreis, Schule etc.) grosse emotionale Betroffenheit. Gleichzeitig besteht oft die Tendenz, das Geschehene zu bagatellisieren, zu verdrängen oder totzuschweigen („Was nicht sein darf, ist nicht“). In der Öffentlichkeit werden Suizidhandlungen immer wieder in verzerrter und reisserischer Art dargestellt, was zur Nachahmung provozieren kann.

Es ist deshalb wichtig, dass sachlich und respektvoll über das Thema der Suizidalität gesprochen wird.

sachlich und respektvoll thematisieren

6.1. Die suizidale Entwicklung

Studien haben gezeigt, dass die suizidale Entwicklung in drei Phasen abläuft, meist über einen längeren Zeitraum. In der ersten Phase werden Suizidhandlungen als Problemlösung in Erwägung gezogen. In der zweiten Phase besteht eine Ambivalenz zwischen lebensbejahenden und lebensverneinenden Gedanken und Handlungen. Bei anhaltender Belastung verdichtet und konkretisiert sich in der dritten Phase der Entschluss zur Suizidhandlung.

*Suizidale Entwicklung in drei Phasen
Suizid als Problemlösung
Ambivalenz
Entschluss*

6.2. Warnsignale

In Ergänzung zur Liste der beobachtbaren Anzeichen einer Suizidgefährdung (siehe vorne) gelten bei Kindern und Jugendlichen folgende Warnsignale:

Anzeichen einer Suizidgefährdung

- Subjektiver Eindruck, nicht ausreichend geliebt zu sein
- Gefühle der Einsamkeit, Isolation, Verzweiflung
- Gefühle der Auswegs- bzw. Sinnlosigkeit
- Ängste

- Grübelzwänge
- Lustlosigkeit, Teilnahmslosigkeit
- Sehnsucht, „weg zu sein“, „auszuschlafen“
- Weglauftendenzen, resp. -versuche
- Phantasien um das „danach“.

6.3. Ansprechen

Das achtsame Ansprechen eines Kindes oder eines Jugendlichen, das/der in einer Krise steckt und Anzeichen einer evtl. suizidalen Entwicklung zeigt, ist nicht nur den Fachleuten vorbehalten, sondern kann und soll auch Aufgabe von Freunden, Familienangehörigen und Lehrpersonen sein. Die Angst, ein Ansprechen der Suizidalität könne erst recht eine Suizidhandlung auslösen, ist unbegründet. Im Gegenteil, es ist wichtig, dies zu tun.

achtsames Ansprechen

Eine Möglichkeit, Kinder und Jugendliche bei Verdacht auf Suizidalität anzusprechen ist:

Ansprechmöglichkeit

„Wenn es Menschen sehr schlecht geht, denken sie oft, das Leben habe keinen Sinn und möchten es loswerden. Ich mache mir Sorgen, weil ich den Eindruck habe, es gehe dir sehr schlecht und du könntest auch solche Gedanken haben. Ich möchte mit dir darüber reden.“

6.4. Nach einem Suizidversuch

Der Suizidversuch eines Jugendlichen sollte nicht verschwiegen werden. Wenn in einer Klasse bekannt wird, dass ein Mitschüler/eine Mitschülerin einen Suizidversuch unternommen hat, ist es Aufgabe der Schule, die/den Jugendlichen bei der Rückkehr in die Klasse zu unterstützen. Die Schulleitung und/oder die Klassenlehrperson soll deshalb mit den Eltern, der/dem betroffenen Jugendlichen und den von der Familie evtl. bereits beigezogenen Fachleuten Kontakt aufnehmen, um den Wiedereintritt in die Klasse vorzubereiten.

Suizidversuch nicht verschweigen

Wiedereintritt vorbereiten

Unter Berücksichtigung der Wünsche des betroffenen Kindes soll dabei besprochen werden, welche Informationen die Klasse vor dessen Rückkehr in die Schule erhält, ob der Suizidversuch in dessen Anwesenheit besprochen werden soll und ob es am ersten Schultag in die Schule begleitet werden möchte.

Schulwegbegleitung?

Einer der von Kindern und Jugendlichen am häufigsten genannten Gründe für einen Suizidversuch sind Probleme in der Schule (Leistungsprobleme, Mobbing etc.). In diesen Fällen ist es entscheidend, dass sich die Schule zusammen mit der Familie, dem betroffenen Kind und beigezogenen Fachleuten um eine Klärung der Schulproblematik bemüht.

Klärung der Schulproblematik

INDEX

Mustertexte für Briefe

Die hier zur Verfügung stehenden Mustertexte verstehen wir als Vorschläge in einer schwierigen und belasteten Zeit.

Orientierungsbrief Suizid

(Mitteilung an die Schüler/-innen von der Klassenlehrperson)

Heute Morgen hörten wir die traurige Nachricht, dass sich _____ gestern/gestern Abend/letzte Nacht das Leben genommen hat. Wir sind alle sehr erschüttert und traurig über seinen/ihren Tod und senden unser Beileid an seine/ihre Familie und Freunde.

Schülerinnen und Schüler, welche ein Gespräch mit einer Fachperson wünschen, können sich bei der Klassenlehrperson oder bei der Schulleitung melden.

Orientierungsbrief vermuteter Suizid

Heute Morgen hörten wir die traurige Nachricht, dass _____ gestern/gestern Abend/letzte Nacht gestorben ist. Das ist die einzige offizielle Information, die wir betreffend seines/ihres Todes erhalten haben. Wir sind alle sehr traurig über _____s Tod und senden unser Beileid an seine/ihre Familie und Freunde.

Für Schülerinnen und Schüler besteht heute den ganzen Tag die Möglichkeit, mit einer Ansprechperson oder mit der Schulleitung zu sprechen.

|

Orientierung bei bestätigtem Suizid

Wir wissen jetzt, dass sich _____ das Leben genommen hat. Auch wenn wir versuchen, die Gründe dieser Tat zu verstehen, werden wir nie richtig begreifen, was in seinem/ihrer Leben vor sich ging und welche Umstände letztlich zum Tod führten. Zu jedem Suizid gehört eine lange Vorgeschichte, die wir als Aussenstehende nicht kennen können.

Es wäre falsch, die Ursache einem einzigen erkennbaren äusseren Grund zuzuschreiben.

Heute möchten wir in unserer Schule wieder zu einem normalen Tagesablauf kommen.

Das kann für einige von uns sehr schwierig sein.

Die Ansprechperson ist noch immer für dich da. Wenn du das Bedürfnis hast, mit jemandem zu sprechen - entweder allein oder mit einer Freundin/einem Freund - lasse es einen Erwachsenen wissen, melde dich bei einer Lehrerin/einem Lehrer oder bei der Schulleitung. Sie werden dich unterstützen.

Wir haben noch einige Informationen zur Beerdigung: Sie findet statt am _____ um _____ Uhr im Friedhof/Kirche in _____.

Liebe Eltern

Über das Wochenende/In den letzten Tagen musste die Schule den plötzlichen Tod einer ihrer Schülerinnen/eines ihrer Schüler zur Kenntnis nehmen. Wir sind alle sehr traurig über seinen/ihren Hinschied. Die Schule verfügt über Ansprechpersonen, die Ihrem Kind helfen können, seine Reaktion auf das traurige Ereignis und seine Trauer zu verarbeiten.

Unser Team ist bereit, mit Ihrem Kind zu sprechen und seine Fragen zu beantworten. Es ist wichtig, dass auch Sie für Ihr Kind da sind und bereit sind, seine Gefühle zu akzeptieren, ihm gut zuhören und seine Fragen ehrlich beantworten.

Wenn Sie Fragen haben oder weitere Unterstützung wünschen, melden Sie sich im Schulleitungsbüro (Tel. xxx).

Freundlichen Grüsse

Schulleitung

LITERATUR

Unsere Arbeit basiert auf folgenden bereits bestehenden Interventionsprogrammen und Publikationen:

- **Suicide Postvention Guidelines** - Suggestions for Dealing with the Aftermath of Suicide in the Schools; American Association of Suicidology, 4201 Connecticut Avenue, NW, Suite 310, Washington, DC 20008
- **Arbeitsgruppe "ausserordentliche Ereignisse"**, Schulzentrum Längenstein, 3700 Spiez; PD Dr. med. Konrad Michel, Psychiatrische Poliklinik Universitätsspital CH-3010 Bern
- **Intervention bei Suizid in Schulklassen**; Schulpsychologischer Dienst Kanton Luzern, Zentralstr.28, CH-6002 Luzern
- **Jugendsuizid – aktiv vorbeugen**;
S + E Schweiz, April 2000