



## **Suizidalität bei Schülern**

### **Thesen- und Arbeitspapier für Lehrer**

**Autor: Dr. Peter Huppertz**

← Suizidalität wird von klinischen Formen der Depression unterschieden. Suizidalität entsteht als Folge einer länger andauernden Lebenskrise, die bis zur Selbstmordankündigung und zum Selbstmord (Suizid) eskalieren kann. Die Suizidalität durchläuft verschiedene Stufen: Problemgeschichte, Eskalation von Problemen, Versagen von Lösungsstrategien, Auflösen von Beziehungen, innere Rechtfertigungen für den Selbstmord, Auslöser.

← Die Hintergründe für Suizidalität sind vielfältig. Sie können aus individuellen Faktoren (wie geringes Selbstwertgefühl, ungünstige Verhaltensstrategien, Drogen, Schulversagen), psychosozialen Faktoren (wie Verlusterlebnisse, soziale und interkulturelle Rollenerwartungen, „Werther-Effekt“) und familiendynamische Faktoren (wie symbiotische Bindungen, emotionale Distanz, Missbrauch) bestehen.

← Suizidsignale sind: traurige und resignative Stimmungen über längere Zeiträume, sichtbar auch in Mimik und Ausdrucksweise, demonstrative Symbole, fehlende Zukunftsorientierung, Aufgabe wichtiger Interessen und Beziehungen, soziale Isolation, Abschiedsbriefe und Vorbereitungen.

← Wichtige Leitsätze für Schüler, Eltern und Lehrer sind: genau hinsehen, die Probleme ernst nehmen, sich zuwenden, zuhören, Verständnis zeigen, als Gesprächspartner zur Verfügung stehen, Kontakt halten und Hilfe bei vertrauten Personen suchen.

← Was man nicht tun sollte ist: sich zum Schweigen verpflichten, zum Geheimnisträger werden, die betroffene Person umstimmen, ihr Problem verharmlosen, Schuldgefühle einflößen, rationale oder moralische Einwände vorbringen.

← Schulische Voraussetzungen für einen präventive Umgang mit Suizidalität sind: eine offene und angstfreie Atmosphäre zwischen Eltern, Schülern und Lehrern als Voraussetzung für vertrauliche Gespräche. Das Wissen um Kommunikationskanäle und Hilfsangebote, die genutzt werden können. Der angstfreie Umgang mit dem Problem Suizidalität aufgrund von Unterrichtsgesprächen oder Projekten.

← In der Schule müssen wichtige Telefonnummer und Adressen jederzeit und überall zugänglich sein. Hierzu gehören die Nummer der Telefonseelsorge, die Nummer gegen Kummer, Online-Foren, die Nummern des zuständigen Jugendamtes, des zuständigen Schulpsychologen, des Sozialpädagogen oder Beratungslehrers, der nächsten Erziehungs- und Beratungsstelle, Notrufnummer der Polizei, der kinder- und jugendpsychiatrischen Institution



← Es ist stets zu überprüfen, inwiefern eine akute Suizidalität vorliegt, inwiefern also eine Selbst- und Fremdgefährdung zu vermuten ist. Orientierungshilfen sind: Welchen Eindruck vermittelt der körperliche und seelische Gesamteindruck? Gibt es hilfreiche und informierte Kontakte im sozialen Bezugsrahmen? Greifen die Hilfsangebote überhaupt noch? Beruhigt sich der Schüler nicht mehr? Ist ein Kontakt überhaupt möglich? Sind die Ursachen der Krisen sichtbar? Bei akuter Suizidgefahr müssen externe Hilfen (Polizei, Krankenwagen, medizinisch-psychologisch-psychiatrische Versorgungsstelle) hinzugezogen werden. Im Notfall muss das auch ohne Einwilligung bzw. gegen den Willen des Betroffenen geschehen. Da große Schwierigkeiten zu erwarten sind, ist es sehr wichtig und in jedem Fall günstiger, die Einwilligung des Betroffenen zu erhalten.

← Bei der Überprüfung der akuten Suizidgefahr muss das offene und direkte Gespräch gesucht werden. Hierzu gehören direkte Fragen zu Selbstmordgedanken wie: Hast du dir vorgenommen, Selbstmord zu begehen. Hast du dir vorgestellt, wie du Selbstmord begehen könntest? Hast du schon irgendwelche Vorbereitungen getroffen, zum Beispiel Tabletten gesammelt? Wann willst du dich umbringen? Es empfiehlt sich neben der Vermittlung von Notfallkontakten schriftliche Vereinbarungen zu treffen und zu überprüfen, ob die Absprachen verbindlich eingehalten werden.

← Die Beratungsarbeit in der Schule kann neben der Kontaktherstellung zu externen Hilfsangeboten und der Bereitstellung von Information zu Hilfsangeboten präventiv und nachsorglich tätig sein. Schwerpunkt dieser Tätigkeit könnte ein Zyklus von Beratungsgesprächen sein. Neben der Kenntnisnahme und der Berücksichtigung der Risikofaktoren sollte im Beratungsgespräch das Krisenbewältigungspotential von persönlichen und sozialen Ressourcen in den Vordergrund gestellt werden.