

Bewältigung von ausserordentlichen Ereignissen

Verhaltensanleitung in Krisensituationen für Schulleitungen, Schulteams, Schulkommissionen

Jede Schule, jede Organisation, jeder Verein kann von einem Unglück, z.B. einem Unfall, einem Brand, einer Naturkatastrophe, einem aussergewöhnlichen Todesfall, getroffen werden. Jede Schule und jede Organisation kann sich durch die Entwicklung eines Notfallkonzepts auf die Bewältigung von ausserordentlichen Ereignissen vorbereiten und sich so vor chaotischen Abläufen schützen.



1. Phase: Planung einer Krisenbewältigung

1.1. Bildung eines Krisenbewältigungs-Teams

Der erste Schritt bei der Entwicklung eines Interventionsprogramms ist die Bildung eines Krisenbewältigungs-Teams mit Entscheidungsbefugnis bezüglich der durchzuführenden Massnahmen.

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

1.2. Mögliche Zusammensetzung des Krisenbewältigungs-Teams

- Schulleitung (in der Regel Leitungsperson des Krisenbewältigungs-Teams)
- Schulkommissionspräsident/in oder Vertretung der Schulkommission
- Vertretung der Lehrerschaft
- evtl. Vertretung Gemeindebehörde
- evtl. aussenstehende neutrale Fachperson
(z.B. Kinder- und Jugendpsychologe/in; Kinder- und Jugendpsychiater/in)

1.3. Vorbereitende Massnahmen des Krisenbewältigungs-Teams

- Allgemeine Arbeiten
 - Festlegen von Grundsätzen zur Krisenbewältigung
 - Zuteilung von Funktionen
 - Entwickeln oder Anpassen eines Ablaufschemas mit Aufgebotsorganisation
 - Ausarbeitung von Checklisten für das Vorgehen und Verhalten in Krisensituationen
 - Stellvertretungsregelung
 - Information des Gesamtkollegiums, der Schulkommission und evtl. der Gemeindebehörden über das erarbeitete Konzept

- Erstellen von Listen
 - externe Fachleute, Institutionen (EB, KJPD, Kinosch, Notaufnahmegruppe NAG, evtl. Notfallseelsorge etc.)
 - Notfallnummern (Polizei, Feuerwehr, Arzt, Spital etc.)
 - lokale Behörden (Gemeindepräsidium, Chef Gemeideführungsstab, Regierungstatthalter)

- Informationskonzept
 - Information der direkt betroffenen Schülerinnen und Schüler
 - Information der indirekt betroffenen Schülerinnen und Schüler
 - Information der direkt betroffenen Angehörigen
 - Information der indirekt betroffenen Angehörigen
 - Information des nicht direkt betroffenen und beteiligten Kollegiums
 - Information der Öffentlichkeit, der Medien (Bestimmung eines Mediensprechers)
 - Bereitstellen von Mustertexten/Briefen (siehe Beilagen 6, 7)
 - Mitteilung an die Schülerinnen und Schüler
 - Orientierung der Eltern/Angehörigen
 - Presse-Communiqué

2. Phase: Aktuelles Ereignis

2.1. Alarmierung von Rettungsdiensten

- Polizei
- Feuerwehr
- Sanität
- Arzt

2.2. Einberufung des Krisenbewältigungs-Teams

Grundsätze:

- Das Krisenbewältigungs-Team sorgt zusammen mit der Lehrerschaft für die Aufrechterhaltung einer ruhigen, unterstützenden Atmosphäre. Die durch den Unterrichtsbetrieb gegebene Tagesstruktur wirkt auf Schüler und Lehrerschaft stabilisierend.
- Bei Bedarf organisiert das Krisenbewältigungs-Team für die Schüler, die Lehrerschaft, wie für sich selber fachliche Beratung und Betreuung.

Aufgaben:

- Strukturierung und Koordination der Aktivitäten in Absprache mit den Rettungskräften
- Festlegung der Funktionen und Verteilung der Aufgaben
- Sicherstellung der Betreuung der direkt und indirekt Betroffenen, allenfalls in Absprache mit der Einsatzleitung „Rettung“
- Aufgebot und Instruktion von zusätzlichen Helferinnen und Helfern
- Information der Angehörigen der direkt und indirekt Betroffenen
- Information des Kollegiums und der Behörden
- Information der Öffentlichkeit, der Medien (sofern nötig und sinnvoll)
- Festlegung des Zeitrahmens für die Bearbeitung des Ereignisses während des Unterrichts und Ausarbeitung von Vorschlägen zu handen der Klassenlehrpersonen
- Bei Bedarf Beizug von externen Fachpersonen für die psychologische Betreuung

3. Phase: Nach der akuten Krise

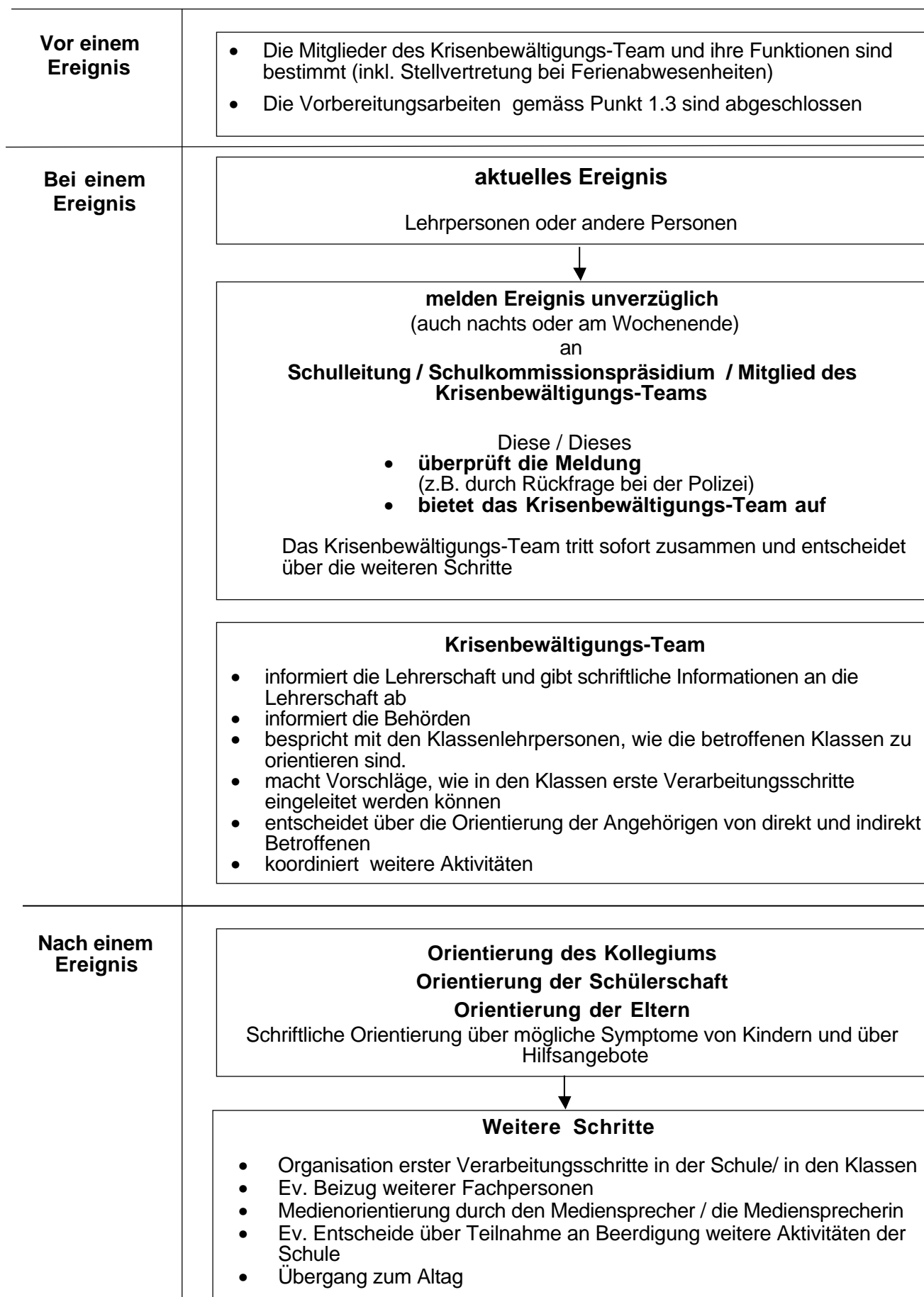
- Organisation von weiteren Verarbeitungs- und Bewältigungsschritten, z.B.:
 - Aufräumarbeiten
 - Aufarbeitung des Ereignisses mit den direkt und indirekt Betroffenen (Einleitung von Verarbeitungs-/Trauerprozess, Aktivitäten der Schule)
 - evt. Organisation von Aktivitäten der Schule für die Opfer (z.B. Teilnahme und Beteiligung an der Abdankung, Besuche im Krankenhaus etc.)
 - Klärung von Versicherungsfragen

- Information an Eltern und Schülerinnen und Schüler betreffend psychischen und körperlichen Reaktionen von Kindern und Jugendlichen, welche nach traumatischen Erlebnissen normal sind

- Hinweise auf fachliche Beratung und Behandlung bei andauernden Symptomen (Posttraumatischen Stress-Symptomen)
 - Regionale Kantonale Erziehungsberatungsstelle (EB)
 - Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst (KJPD)
 - Opferhilfestellen
 - private Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten
 - evtl. Notfallseelsorge

- Übergang zum Alltag

Ablaufschema



Beilagenverzeichnis

Beilage 1:	Hilfestellung für die Lehrerschaft nach einem Unglück / einer Katastrophe	Seite 7
Beilage 2:	Hilfestellung für die Schüler nach einem Unglück / einer Katastrophe	Seite 8
Beilage 3:	Symptomliste „Akute traumatische Reaktionen bei Kindern und Jugendlichen“	Seite 9
Beilage 4:	Allgemeine Verhaltensgrundregeln für psychologische Helferinnen und Helfer bei Unfällen und Katastrophen mit vielen Betroffenen	Seite 10
Beilage 5:	Kurzinformationen für Führungspersonen von Teams für Psychologische Erste Hilfe und für Helferinnen und Helfer	Seite 12
Beilage 6:	Musterbrief an die Eltern	Seite 14
Beilage 7:	Presse-Communiqué	Seite 15

Anfragen und Auskünfte:

Kant. Erziehungsberatung Bern

Effingerstr. 12, 3011 Bern

Tel. 031 633 41 41 Fax: 031 633 41 91

eb.bern@bluewin.ch

Zusatzinformationen und verwandtes Thema:

Intervention in Schulen bei Suizid

www.erz.be.ch/erziehungsberatung/d/framesets/ffachinfo.html.

Beilage 1:

Hilfestellung für die Lehrerschaft nach einem Unglück / einer Katastrophe

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

- Die Lehrerschaft wird durch das Krisenbewältigungs-Team über alles Wesentliche auf dem Laufenden gehalten.
- Lehrkräfte können für die Wiedergabe der Informationen und beim Thematisieren in der Klasse Unterstützung beim Krisenbewältigungs-Team oder bei Kollegen holen.
- Für direkt betroffene und unter akuten Stresssymptomen leidende Lehrpersonen wird eine Stellvertretung organisiert.
- Für die Lehrkräfte und für das Krisenbewältigungs-Team soll spezifische fachliche Beratung zur Verfügung stehen.
- Lehrpersonen sind bezüglich des Erkennens von Schülerinnen und Schülern, welche an einer akuten resp. an einer posttraumatischen Belastungsstörung leiden, zu informieren.

Beilage 2:

Hilfestellung für die Schüler nach einem Unglück / einer Katastrophe

Situation in der Klasse

Trauma und Trauer werden auf ganz verschiedene Weise bewältigt. Es gibt keine "richtigen" oder "falschen Reaktionen", solange sie nicht destruktiv oder re-traumatisierend sind. Schock, Angst, Traurigkeit, Schuld und Wut bei den Hinterbliebenen sind völlig normale Reaktionen. Verschiedenste psychische und physische Störungen (akute traumatische Belastungsreaktionen) können auftreten, verschwinden jedoch meistens nach einigen Stunden, Tagen oder Wochen wieder. Folgende Symptome sind bekannt: Flashback, Albträume, Schlafprobleme, Konzentrationsstörungen, Leistungshemmungen, Betriebsamkeit, emotionale Stumpfheit, Gleichgültigkeit, Teilnahmslosigkeit, Schreckhaftigkeit, Angst, Depression, Suizidgedanken, Essprobleme, etc. Aber auch betont „lässiges“ oder „cooles“ Verhalten sowie unangepasste Reaktionen (lautes Lachen, Aggressivität, Renitenz) können Ausdruck von Betroffenheit und Spannung sein. Es ist wichtig, die intensiven Gefühle und Reaktionen zu thematisieren, Anteil zu nehmen und Hilfe bei der Bewältigung anzubieten, respektive zu vermitteln.

Praktische Bewältigung in der Klasse

- Die direkt und indirekt betroffenen Klassen erhalten Zeitgefässe für die Thematisierung des Ereignisses.
- Schülerinnen und Schüler dürfen ihre Betroffenheit zeigen und sollen sich schriftlich oder mündlich dazu äussern können.
- Das Krisenbewältigungs-Team beschliesst in Absprache mit einer Fachperson, ob, in welcher Form und zu welchem Zeitpunkt in der betroffenen Klasse ein Beratungsgespräch angeboten wird.
- Angebote von spezifischen Hilfestellungen für einzelne Schülerinnen und Schüler (Einzel-/Gruppengespräche)
- Die Schülerinnen und Schüler sollen keine Angaben gegenüber Pressevertretern machen, sondern diese an den Mediensprecher des Krisenbewältigungs-Teams oder an die Klassenlehrperson verweisen.
- Ordnung und Rhythmus soll in die Klasse zurückgebracht werden. Es soll so bald als möglich zur Tagesordnung zurückgekehrt werden.

Beilage 3:

Symptomliste "Akute traumatische Reaktionen bei Kindern und Jugendlichen"

Es handelt sich um vorübergehende, innert Stunden, Tagen oder Wochen abklingende Symptome

- Erhöhte Ängstlichkeit, Panikreaktionen, Schreckhaftigkeit, Gefühle des Bedrohtseins
- Vegetative Störungen
- Schlafstörungen, Alpträume, Erschöpfung, Schwächegefühl
- Scham-, Schuld-, Versagensgefühle
- Regressives Verhalten, Anklammern
- Bettnässen
- Nervosität
- Konzentrations- und Lernschwierigkeiten
- Vermindertem Interesse, sozialer Rückzug, Passivität
- Vermeidungsverhalten (Ort, Inhalt, Personen in Zusammenhang mit dem Ereignis)
- Depressive Reaktionen
- Aggressive Reaktionen
- Renitenz
- Betont „cooles“ Verhalten oder übertriebene Fröhlichkeit

Halten die Symptome über einen längeren Zeitraum an oder treten sie nach einiger Zeit wieder auf, spricht man von einer „Posttraumatischen Belastungsstörung (PTS)“.
Betroffene, die unter PTS leiden, müssen zur Vermeidung einer Chronifizierung unbedingt einer fachlichen Behandlung zugeführt werden.

Beilage 4:

Allgemeine Verhaltensgrundregeln für psychologische Helferinnen und Helfer bei Unfällen und Katastrophen mit vielen Betroffenen

1. Organisation

- In Katastrophensituationen herrscht in der Regel immer ein Chaos. Ruhe und Ordnung herzustellen ist daher sehr wichtig.
- Die psychologische Erstbetreuung soll möglichst nahe am Ereignisort passieren. Die Opfer sollen nicht in eine Klinik oder eine Beratungsstelle wegtransportiert werden, sofern sie keine medizinische Hilfe benötigen. Die Bearbeitung der akuten Belastungsreaktionen vor Ort verringert die Gefahr der dissoziativen Abspaltung, d.h. der Verdrängung von Inhalten.

Helferteam

- Das Helferteam muss hierarchisch organisiert sein, eine Führung und klare Strukturen haben. Jedem Teammitglied werden Verantwortung und Aufgaben klar zugewiesen. Keine Aktivitäten „auf eigene Faust“. Weniger stark betroffene Opfer können als Mitbetreuer eingesetzt werden.
- Das Verhalten der Helfer muss ruhig, klar, gezielt sein. Es darf keine Passivität aber auch keine Hektik aufkommen.
- Im Umgang mit dem Opfer muss der Helfer auf seine Sprache achten. Diese soll einfach sein. Er muss langsam, ruhig sprechen und kurze, konkrete Anweisungen geben.

Betroffene

- Die Betreuung der Bezugspersonen der Kinder (Eltern, Lehrer/Innen etc.) hat Vorrang, sofern sie auch Betroffene sind (kontra-intuitiv vorgehen!).
- Opfer mit lauter Symptomatik sind für spätere chronifizierte Störungen weniger gefährdet als stille, bewegungslose.
- Jugendliche Katastrophenopfer sind besonders suizidgefährdet. Die Schuldgefühle des Überlebenden sind bei ihnen besonders gross.

2. Angehörigen- oder Gruppen-Zusammengehörigkeit beachten

Konstanz stabilisiert, Wechsel destabilisiert. Deshalb unnötige Orts- und Bezugspersonenwechsel vermeiden. Freunde, Bekannte und Familien zusammen lassen.

3. Sicherheit geben

Auf Ebene des Kindes gehen, sich niederbeugen, ruhig und langsam mit Einfühlungsvermögen Kind ansprechen, Kontakt aufnehmen, sich vorstellen mit Name und Funktion, nach seinem Namen fragen, JA-Antworten provozieren ("bist du Vreneli? Gehörst du zur Familie X/zur Klasse Y? Warst du dabei?")

4. Beruhigen

Bezug zur Realität herzustellen. Etwas zu trinken anbieten, evtl. auch zu essen. Körperkontakt machen (Hand auf Schulter, am Arm fassen) und Nähe anbieten. Warme Decken, Spielsachen, Plüschtiere, Zeichenmaterial abgeben. Beruhigend, ermutigend, positiv wirken, Verständnis für Trauer / Aufregung äussern. "Du bist jetzt in Sicherheit, wir sorgen dafür, dass...Wir sind da für dich. Du lebst, atme ruhig in den Bauch (Hände auf Bauch legen lassen)". Versichern, dass seine Reaktionen normal sind, dass wir alle in solchen Situationen so reagieren (mit Angst, Verzweiflung, Wut, Sprachverlust etc.)

5. Informationen geben

Rasch erfolgende, ruhige Informationen reduzieren den Stress der Betroffenen. Dazu gehören Infos über das Ereignis, über Mitbetroffene, über getroffene resp. geplante Massnahmen, über Benachrichtigung der Eltern oder Verwandten, über Normalität ihrer Reaktionen., über zeitliche Dauer. Der Helfer darf nicht beschönigen.

6. Aktiv zuhören

Aktiv zuhören. Aktiv verbalen Kontakt herstellen. Fragen nach dem Ablauf des Ereignisses, aber auch nach dem Vorher und Nachher stellen.

Stumme Kinder und Jugendliche ansprechen, ihnen Fragen stellen, Erklärungen geben, Körperkontakt machen. Stumme Kinder bekommen oft alles mit, haben aber durch den Schock vorübergehend „die Sprache verloren“.

Sofern die Polizei für die Ermittlung des Herganges eines Ereignisses auf Aussagen von Betroffenen angewiesen ist, sollten diese vor der polizeilichen Befragung nicht mit Fragen von Aussenstehenden bombardiert werden (Suggestionsgefahr, Veränderung der Aussagen durch Wiederholungen etc.) Fragen sind nach dem persönlichen Befinden und der eigenen Situation sollten im Vordergrund stehen

7. Selbstkompetenz stärken

Selbsthilfe aktivieren, zeigen wie sie z.B. mittels Bauchatmung ihren Atem regulieren können (in die aufgelegten eigenen Hände atmen lassen). Handlungsanweisungen geben, wie sie sich verhalten sollen, welche Verantwortung sie für sich oder andere übernehmen sollen (Wasser holen, aufschreiben oder zeichnen, was passiert ist.) Das stärkt Kompetenzgefühl.

Psychologische Erste Hilfe leisten heisst:

- da sein
- verfügbar sein
- Verständnis haben
- Sicherheit geben, Ruhe vermitteln
- Essen, Trinken, Wärme geben

Beilage 5:

Kurzinformation für Führungspersonen von Teams für Psychologische Erste Hilfe und für Helferinnen und Helfer

1. Organisation

Das Helferteam muss hierarchisch organisiert sein. Die Führungspersonen teilen den Helferinnen und Helfern die Aufgaben zu. Die Helferinnen und Helfer halten sich an die Aufträge. Wenn sie eigene Ideen zum Vorgehen haben, unterbreiten sie diese den Führungspersonen. Kein Handeln auf eigene Faust!!

Weniger stark betroffene Opfer können als Mitbetreuer eingesetzt werden.

2. Einsatzort

Mit der psychologischen Erstbetreuung möglichst **nahe am Ereignisort** beginnen

3. Die Behandlung der Bezugspersonen der Kinder hat Vorrang

(Eltern, Lehrer/Innen etc.). Kontraintuitives Vorgehen.

4. Angehörigen- oder Gruppen-Zusammengehörigkeit beachten

5. Unnötige Orts- und Bezugspersonenwechsel vermeiden.

Freunde, Bekannte und Familien zusammen lassen.

6. Sicherheit geben

7. Kontakt aktiv aufnehmen.

Sich mit Name und Funktion vorstellen. Nach Namen des Kindes fragen. Ja-Antworten provozieren. Ruhig sprechen, Sprache dem Alter des Kindes anpassen.

”Ich bin Frau/ Ich bin Herr..... Ich bin als Psychologe/Psychologin hier.

Bist du Vreneli? Gehörst du zur Familie X? Gehörst du zur Klasse Y? Warst du dabei?”

8. Beruhigen

Bezug zur Realität herstellen. Etwas zu trinken anbieten, evtl. auch zu essen. Körperkontakt machen (Hand auf Schulter, am Arm fassen) und Nähe anbieten. Warme Decken, Spielsachen, Plüschtiere, Zeichenmaterial abgeben. Ruhige Sprechweise

”Du bist jetzt in Sicherheit, wir sorgen dafür, dass...Wir sind da für dich. Du lebst, atme ruhig in den Bauch (Hände auf Bauch legen lassen, Atem mit Zählen verlangsamen). Deine Reaktionen sind völlig normal.”

9. Informationen geben

Informationen über das Ereignis, über Mitbetroffene, über getroffene resp. geplante Massnahmen, über Benachrichtigung der Eltern oder Verwandten geben.

”Das und das ist passiert. Wir werden das und das machen. Deine Eltern werdenda sein/ nicht da sein. Ich kann dir im Moment nicht genau sagen, was war, was sein wird etc. Dann und dann weiss ich mehr.”

10. Aktiv zuhören

Aktiv zuhören und nachfragen.

”Was geschah vor, während, nach dem Unglück? Wo warst du, als das Unglück geschah, was hast du gesehen, gehört, gemacht? Wer war bei dir, neben dir?”

11. Selbstkompetenz stärken

Selbsthilfe aktivieren. Handlungsanweisungen geben, wie Kind sich verhalten soll, welche Verantwortung es für sich oder andere übernehmen kann.

”Du machst jetzt..... Du hilfst mir jetzt.....Du kannst ja sicher.....”

Beilage 6:

Musterbrief an die Eltern

Liebe Eltern

Das ausserordentliche Ereignis vom.....hat direkt oder indirekt auch Ihr Kind , Ihre Familie betroffen. Dies tut uns sehr leid.

Als Eltern fragen Sie sich, was Sie in einer solchen Krisensituation für Ihre Kinder tun können, damit sie das Erlebte möglichst gut verarbeiten können.

Wir möchten Sie über einige wichtige Punkte informieren.

Alle Menschen zeigen nach belastenden Ereignissen Verhaltensauffälligkeiten. Diese sind absolut normal und klingen meist nach Stunden oder Tagen spontan wieder ab.

Es handelt sich dabei u.a. um folgende sogenannte

"Akute Stressreaktionen" (ASR):

- Schlafstörungen, Albträume, Schwächegefühle
- Rückfallen in kleinkindliches Verhalten
- Bettnässen, Daumenlutschen
- Nervosität, Reizbarkeit, Hyperaktivität, Aktivismus, Ruhelosigkeit
- Passivität, sozialer Rückzug
- Vermeidungsverhalten (Ort, Personen, Gespräch)
- Ängstlichkeit, Panikreaktionen
- Scham-, Schuld- und Versagensängste
- Konzentrationsschwäche, Leistungsabfall
- Aggressionen
- renitentes, "lässiges", "cooles" Gehabe

Was können Sie als Eltern tun?

- Die Verfügbarkeit der Eltern/Vertrauensperson ist für das Kind im Moment das Wichtigste
- Bleiben Sie im Gespräch mit Ihrem Kind, und zwar auf der Ebene
 - was ist geschehen?
 - was hast du gehört? gesehen?
- Hören Sie aufmerksam und ruhig zu
- Bedrängen Sie Ihr Kind nicht mit Fragen
- Lassen Sie es erzählen oder zeichnen, ohne zu korrigieren oder das Erlebte zu bagatellisieren ("das ist doch nicht so schlimm"...) oder zu dramatisieren.
- Wirken Sie Gerüchtebildung entgegen, indem Sie dem Kind sagen, was Sie selber wissen und was nicht; gehen Sie nicht auf "Erzählungen" und Hypothesen ein
- Schützen Sie sich und Ihr Kind kategorisch vor den Medien. Verweisen Sie Medienleute an die offiziellen Auskunftsstellen
- Medikamente sind in diesen Fällen in der Regel nicht hilfreich

Klingen die Stressreaktionen nach einigen Wochen nicht spontan ab, melden Sie sich z.B. bei der regionalen

Kantonale Erziehungsberatungsstelle
oder beim
Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienst

Beilage 7:
Presse-Communiqué

Schulkommission xy

(Ereignis.....): Pressemitteilung

Lehrerschaft, Schülerinnen und Schüler, sowie die Schulkommission sind vom tragischen Ereignis (was, wo, wann) tief betroffen.

Die Schule hat umgehend ein Krisenbewältigungs-Team zusammengerufen. Dieses besteht aus.....

(Präsidium Schulkommission., Schulleitung (NN), Vertretung des Gemeinderates (NN), sowie (z.B.: ambulant tätige schulische Heilpädagogin, Vertretung der Erziehungsberatung / des Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienstes etc.)

Schülerschaft und Lehrkräfte werden psychologisch betreut.

Die Eltern/Angehörigen werden über mögliche traumatische Reaktionen ihrer Kinder informiert. Insbesondere werden sie betreffend dem Umgang mit der akuten Traumatisierung und der Verarbeitung des Geschehens innerhalb der Familie beraten.

Wir bitten die Medienvertreter

- die Schülerinnen und Schüler keinesfalls zum Ereignis zu befragen
- allfällige Fragen **direkt an den Medienverantwortlichen des Krisenbewältigungs-Teams (NN)** zu richten.

Mit diesem zurückhaltenden Verhalten leisten Sie einen wesentlichen Beitrag zur Verhinderung von Traumatisierungen und Re-Traumatisierungen der Betroffenen.

Ort, Datum

Schulkommission xy

NN, Präsident/In