

Text von Remo Ryser

Foto: photocase/french03

Die «Berner Gesundheit» – eine Fachstelle des Kantons Bern – hat zusammen mit Pilotenschulen und -lehrbetrieben alltagsnahe Unterstützungsangebote entwickelt. Psychische Probleme, insbesondere depressive Verstimmungen und Suizidabsichten, sind bei Jugendlichen weit verbreitet. Viele der betroffenen Jugendlichen denken sogar an einen Suizid: 18 Prozent der jungen Frauen entwickeln einen entsprechenden Handlungsplan, 7 Prozent unternehmen einen Suizidversuch. Bei den jungen Männern sind es 12 bzw. 3 Prozent. Sind Jugendliche in einer psychischen Sackgasse, können sie sogar zur Gefahr für andere werden. 62 Prozent der Schulamoktäter zeigten gemäss einer deutschen Studie im Vorfeld starke Depressionen, 78 Prozent äusserten eine Suiziddrohung oder begingen einen Suizidversuch. Langanhaltende psychische

#### **78 Prozent der Schulamoktäter äusserten gemäss einer deutschen Studie im Vorfeld eine Suiziddrohung oder begingen einen Suizidversuch.**

Probleme gefährden somit nicht nur durch Leistungsabfall und gehäufte Absenzen den Lernerfolg oder sogar den Berufsabschluss. Sie können auch gesundheits- oder sogar lebensbedrohliche Ausmasse annehmen.

#### **ALLTAGSSENSORIUM FÜR PSYCHISCHE AUFFÄLLIGKEITEN SCHÄRFEN**

Lehrpersonen und Berufsbildende sind entsprechend gefordert, «stille», in sich gekehrte Lernende gezielt zu beobachten und wenn nötig zu handeln – auch von Gesetzes wegen. Gerade im dichten Schul- und Arbeitsalltag werden jedoch die frühen Warnsignale einer psychischen Gefährdung (zu) lange nicht bemerkt: Nie-

# Hinschauen und Handeln kann Leben retten

*Suizidvorfälle oder Amoktaten an Schulen verunsichern. Studien zeigen: In den meisten Fällen sind sie der Schlusspunkt einer länger dauernden problematischen Entwicklung. Die betroffenen Lernenden werden jedoch in den meisten Fällen erst rückblickend als «auffällig unauffällig» beschrieben. Was können Schulen und Lehrbetriebe tun, um gefährdete Lernende frühzeitig zu erkennen und somit eine Eskalation zu vermeiden?*



dergeschlagenheit, Erschöpfung, erhöhte Reizbarkeit, vermindertes Selbstvertrauen, sozialer Rückzug, Schlafprobleme, Essstörungen oder sogar Suizidandeutungen werden allzu leicht als pubertäre und damit vorübergehende Erscheinungen gedeutet. Die Konsequenz davon: Betroffene Lernende bleiben mit ihren Problemen häufig alleine.

#### **ANZEICHEN EINER SUIZIDGEFÄHRDUNG IMMER ERNST NEHMEN**

Sollen sich Lehrpersonen nun auch noch zu Spezialisten für psychische Probleme wie Depression oder Angststörungen weiterbilden? Nein, denn für Diagnosen sind nicht sie, sondern psychiatrisch-psychologische Fachpersonen zuständig. Ihre Aufgabe ist es hingegen, bei psychischen Auffälligkeiten frühzeitig das Gespräch zu suchen. Je früher betroffene Lernende mit den daraus resultierenden Schulproblemen konfrontiert und in der Lösungssuche unterstützt werden, desto eher kann die innere Abwärtsspirale gestoppt werden. Gerade Andeutungen und Hinweise auf Suizidgedanken oder -absichten sollten immer ernst genommen werden. Ansprechen löst

keinen Suizid aus. Kann eine Suizidgefahr nach einem persönlichen Gespräch nicht ausgeschlossen werden, gilt es auf jeden Fall, sofort eine Fachperson beizuziehen.

#### **NICHT ALLEINE BLEIBEN – GEMEINSAM HIN SCHAUEN UND HANDELN**

Nicht jede Null-Bock-Stimmung muss auf

#### **BERNER GESUNDHEIT**

Die «Berner Gesundheit» unterstützt Schulen in Präventions- und Früherkennungsmaßnahmen zu Themen wie Depression/Suizid, Gewalt/Mobbing oder Sucht – allerdings ausschliesslich innerhalb des Kantons.

*Infoblätter, Einschätzungshilfe und Handlungsfaden für Schulen und Lehrbetriebe sind zugänglich als kostenlose Downloads unter [www.bernergesundheit.ch](http://www.bernergesundheit.ch)*

*Beratung, Infoveranstaltung, Workshops zu Prävention und Früherkennung*

- Im Kanton Bern: Berner Gesundheit, [www.bernergesundheit.ch](http://www.bernergesundheit.ch)
- In anderen Kantonen: Remo Ryser (Projektleiter), [remo.ryser@gmx.ch](mailto:remo.ryser@gmx.ch)

*Therapie und Krisenintervention*

*Übersicht zu kantonalen Anlaufstellen unter [www.ippsilon.ch](http://www.ippsilon.ch)*



*Niedergeschlagenheit, Erschöpfung, erhöhte Reizbarkeit, verminderter Selbstvertrauen, sozialer Rückzug, Schlafprobleme, Essstörungen oder sogar Suizidandeutungen werden allzu leicht als pubertäre und damit vorübergehende Erscheinungen gedeutet.*

eine Depression hinweisen. Die Tragweite einer psychischen Krise ist in der Praxis nicht durch eine Person alleine einschätzbar – insbesondere dann, wenn sich die Betroffenen wie bei depressiven Verstimmungen verschliessen und zurückziehen. Vielfach zeigt sich erst in Gesprächen im Schulteam, mit dem Lehrbetrieb und den Eltern, dass die Warnsignale wiederholt, besonders stark oder über längere Zeit sowie in verschiedenen Lebensbereichen gleichzeitig auftreten – alles Hinweise auf eine erhöhte psychische Gefährdung des oder der Lernenden. Schule und Lehrbetrieb sind somit auch wichtige Brückenbauer zu Beratungs- und Therapieangeboten. Gerade was den rechtzeitigen Einbezug von Fachstellen angeht, herrscht aber bei Lehrpersonen häufig noch grosse Unsicherheit.

#### SCHULISCHE FRÜHERKENNUNG – DREI ZENTRALE STOSSRICHTUNGEN

Wo können Schulen wirkungsvoll ansetzen? Schulen können ihre Lehrpersonen in zentralen Früherkennungskompetenzen schulen (Warnsignale, Handlungsmöglichkeiten/-grenzen, Unterstützungsangebote).

Schulen können mit einem alltagstauglichen Handlungsplan das schrittweise Vorgehen und Zuständigkeiten im Umgang mit psychisch gefährdeten Lernenden verbindlich regeln. Und sie können schulintern und -extern Früherkennungsnetze knüpfen und Gefässe schaffen, damit in schwierigen Situationen Schule, Eltern und Fachstellen am gleichen Strick ziehen. Die Berner Gesundheit unterstützt Schulen mit Präventionsberatungen, Schulungen oder Infoveranstaltungen und begleitet sie in der Umsetzung von konkreten Massnahmen im Schulalltag. Je mehr der oben genannten Stossrichtungen mit einbezogen werden, desto spürbarer und nachhaltiger tragen die Früherkennungsmassnahmen zu mehr Sicherheit im alltäglichen Hinschauen und Handeln bei. Auch wenn Eskalationen dadurch nicht verhindert werden können – ein wirkungsvoller Beitrag zur Prävention von Suiziden und Schulamoktaten kann so geleistet werden.

*(Erstveröffentlicht in «education» 1/10, Amtliches Schulblatt des Kantons Bern)*



berufs- und weiterbildungszentrum brugg

#### technik/natur

An unserer Berufsfachschule sind im neuen Sportausbildungszentrum Mülimatt auf Schuljahresbeginn 2010/2011, mit Stellenantritt im August 2010 folgendes Unterrichtspensum von total 45 Lektionen zu besetzen

### Lehrerstelle für Sportunterricht

#### Unterrichtsauftrag

- 26 Lektionen Sportunterricht
- Eine Kombination mit ABU-Unterricht ist in absehbarer Zukunft möglich

#### Anforderungen

- Turn- und Sportlehrerdiplom
- Mithilfe bei der Umsetzung der Bildungsverordnung zu einem Schullehrplan
- Bereitschaft zur Mitarbeit im Lehrerteam und ausserschulischen Veranstaltungen

#### Anstellungsbedingungen

Im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen des Kantons Aargau

#### Auskunft

Thomas Widmer, Sportlehrer 056 460 01 01

An unserer Berufsfachschule ist zudem auf Schuljahresbeginn 2010/2011, mit Stellenantritt im August 2010 folgendes Unterrichtspensum zu besetzen

### Berufsschullehrperson für den Fachunterricht an Multimediaelektronikerklassen

#### Unterrichtsauftrag

- 10-14 Lektionen Fachunterricht / Woche
- Das Pensum kann auch aufgeteilt werden

#### Anforderungen

- Berufserfahrung Multimediaelektroniker
- Höhere Fachprüfung oder FH-Diplom
- Mithilfe bei der Umsetzung der Bildungsverordnung zu einem Schullehrplan
- Bereitschaft zur Mitarbeit im Lehrerteam und ausserschulischen Veranstaltungen

#### Anstellungsbedingungen

Im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen des Kantons Aargau

#### Auskunft

Ernst Nobs, Fachlehrer 056 460 01 01

#### Anmeldung für beide Stellen

Bewerbung mit Lebenslauf, Foto, Ausweisen über den Bildungsgang und bisherige Tätigkeit an:  
Berufs- und Weiterbildungszentrum Brugg,  
Heinz Schlegel  
Aannerstrasse 12  
5201 Brugg  
[www.bwzbrugg.ch](http://www.bwzbrugg.ch)