

Kleiner Ratgeber

Ressourcenorientierte Jugendsuizidprävention

Inputs

inklusive Handlungsempfehlung für die
Jugend- und Schulsozialarbeit

SEI 



Inhaltsverzeichnis

Raum schaffen	4
Resilienzförderung in der Jugendsuizidprävention	8
Mensch und Umwelt	10
Ansätze und Zuordnung	12
Die Kunst der Jugendsuizidprävention	16
Schulsozialarbeit und Handlungsspielraum	18
Handlungsempfehlung für Jugendarbeit	22
Internetseiten und Anlaufstellen	26

Herausgeberin

Nestis Verlag

www.nestis-verlag.ch

ISBN: 978-3-906308-04-3

Einleitung

Liebe Leserin, lieber Leser

Mit diesem kleinen Ratgeber möchten wir mögliche Ansätze der ressourcenorientierten Jugendsuizidprävention und Konfliktforschung präsentieren, um bei ihnen Ideen zu fördern, auf denen sie ihre individuelle Präventionsarbeit aufbauen und weiterentwickeln können. Die Autoren haben bewusst den Fokus offen gehalten und möchten – mit dem Vermerk auf eine unterentwickelte Methode – einen Beitrag zur Verhinderung von Kinder- und Jugendsuiziden leisten.

Aus der Suizidforschung weiss man, dass Kinder mit Suizidabsichten im *Normalfall* nicht den Wunsch haben zu sterben. Sie möchten nur nicht so weiterleben wie bisher.

Wie kann eine Befreiung aus akuten und suizidalen Krisen gelingen? Und wie können suizidale Krisen verhindert werden?

Diese Fragen werden in unserem kleinen Ratgeber erläutert um Erwachsenen grössere Handlungsfreiräume zu erschliessen und dadurch Jugendsuizide zu verhindern. Es geht bei der ressourcenorientierten Jugendsuizidprävention nicht darum, die Kinder zu behüten oder ihnen aufzuzeigen was richtig und was falsch ist, sondern ihnen zuzuhören und sie zu stärken.

Raum schaffen

Oft werden Ressourcenentfaltungen von Strukturen zurückgehalten, sodass für eine Konfliktlösung erst ein geschützter, verbundener Raum geschaffen werden muss.

Eltern stehen unter Zeitdruck, Schulsozialarbeiter sind von Richtlinien umgeben, Psychologen wählen oft den «einfacheren Weg» der Pathologisierung. Und finanziell sowie juristisch empfiehlt sich eine sofortige Erledigung des *Falles X* für Fachpersonen vordergründig sowieso. Auch Überforderung oder Unerfahrenheit von Eltern und Fachpersonen können den Handlungsraum einschränken. Dies sind nur einige Beispiele um den «ausbaufähigen Raum» zu umschreiben.

Wie kann ein Raum geschaffen werden, innerhalb dessen ressourcenorientiert gearbeitet werden kann?

Zu Beginn erhalten sie ja gewissermassen den «ersten Hinweis» vom Kind selbst oder werden zu einer bereits vorhandenen Krise hinzugezogen. In beiden Fällen, haben sie vorgängig abgeklärt, ob sie mit der Situation überfordert sind oder die Herausforderung annehmen können. In diesem Prozess erfahren sie von sich selbst, wieviel Energie sie zur Verfügung haben, um sich *der Sache* anzunehmen. Wenn sie ein «mulmiges Gefühl» haben, getrauen sie sich, auch als Eltern, den Fall abzugeben (Triage).

Andernfalls ist ihre erste Reaktion, dem Kind zuzuhören. Auf kleinste Zeichen zu achten und dabei stets ihren eigenen Energiehaushalt nicht aus den Augen zu lassen. Sobald sie sich in die Umwelt des Kindes begeben, hat das Kind auch das Recht, ihre Umwelt betreten zu dürfen. Sind sie sich deshalb bewusst, dass ganz persönliche Fragen auf sie zukommen werden, die es nach Möglichkeit ehrlich zu beantworten gilt. Ein Vertrauensverhältnis kann sofort entstehen (bspw. in *gemeinsamen* akuten Krisensituationen) oder sich über einen langen Zeitraum hinweg aufbauen und testen lassen. Beidseitige Fehler sind dabei nicht ausgeschlossen und können als Trainingsfeld für weitere Lösungszusammenarbeit dienen.

Können Erwachsene Kinder verstehen?

Vielleicht hat der Erwachsene noch eine Erinnerung, wie es damals für sie war – aber verstehen werden sie das Kind, welches in einer Notlage jetzt vor ihnen steht, mit Sicherheit nicht. Sobald ihnen diese Tatsache bewusst ist, können sie sich in die ressourcenorientierte Jugendsuizidprävention begeben.

Wie reagiere ich in akuten Situationen oder wenn ein Kind sagt, dass es sterben will?

Ein Kind, das gegenüber einem Erwachsenen eine Suizidabsicht äussert, braucht dafür sehr viel Mut, denn es zeigt Schwäche und übergibt gleichzeitig seinen weiteren Lebensverlauf in fremde Hände und unbekannte Abläufe. Lassen sie Dramatik und Sorge deshalb

aussen vor, und versuchen sie, direkt und verbindlich zu handeln. Dabei steht nicht *ihre Lösung*, sondern das Vertrauen des Kindes in eine *eigene Lösung* im Vordergrund. Das dies ihre persönliche Zeit benötigen wird, liegt auf der Hand. Verzichten sie deshalb z. B. auf den Blick zur Uhr – wenden sie sich ganz dem Kind zu. In suizidalen Phasen hat das Kind kein Zeitgefühl oder Gefühl für Verpflichtungen wie Hausaufgaben oder Pünktlichkeit. Wenn sie diese während des Prozesses einfordern oder wegen diesen eine Triage anordnen, müssen sie sich bewusst sein, dass dadurch das Vertrauen in sie abnimmt und dadurch ihr Handlungsspielraum schwindet.

Wie agiere ich bei einem medizinischem Notfall oder wenn ich ein Kind z. B. auf den Schienen stehen sehe?

In medizinischen Notfällen muss sofort die Ambulanz, in anderen Notfällen die Polizei gerufen werden. Es braucht viel Wissen, in solchen Situationen richtig zu agieren. Lokführer werden beispielsweise bei Sicht auf eine suizidale Person vorbereitet, den Blick abzuwenden und sich die Ohren zuzuhalten. Menschen die einen Suizid nah miterleben, sprechen von einem «eisernen Geschmack» im Mund, der auch später immer wieder aufkommen kann. Wenn sie eine solche Situation erleben, wird ihr Hirn durch Adrenalin gesteuert sein, und sofern sie gewohnt sind, mit Adrenalin umzugehen, werden sie dann wissen, was sie genau tun können. Andernfalls empfehlen wir sofortige Meldung und anschliessenden Selbstschutz.



Resilienzförderung in der Jugend- suizidprävention

Resilienz ist eine Alternative zur pathologischen defizit- und problemorientierten Sichtweise. Besonders bei Kindern und Jugendlichen ist Resilienzförderung von grosser Bedeutung, da sie als hilfreiche und stärkende Strategie im Umgang mit Krisen wirkt. Die Krisen- und Konfliktbewältigung kann unter Rückgriff auf persönliche und soziale Ressourcen effizient geleistet werden. Resilienz umschreibt die Fähigkeit, sich Krisen- und Belastungssituationen anzupassen und sich wieder zu erholen. Mit diesem Ansatz erlauben sie dem Kind den Prozess zwischen Mensch und Umwelt (wieder) aufzunehmen. Langfristig fördern sie damit nicht nur das einzelne Kind, sondern sein gesamtes Umfeld, da sich Widerstandsressourcen vermehren.

Was bringt ein lösungsorientiertes Umfeld?

Findet ein suizidales Kind in einer Krise ein lösungsorientiertes Umfeld vor, hilft dies bei der Überwindung von Krisen, Stressabbau und der Findung einer positiven Einstellung. Die gemeinsame Wahrnehmung und Akzeptierung von Emotionen helfen in einen partizipativen Prozess zu gelangen, um die richtigen Massnahmen zu treffen. Der Ansatz vermeidet den Kontrollverlust durch Übernahme von Verantwortung und hilft beim Auffangen von Krisen in sozialen Netzwerken und Kontakten. Das Kind erhält während des Prozesses automatisch einen positiven Selbstreflex.

Gilt das auch für Fachpersonen im angestellten Verhältnis?

Besonders Fachpersonen wie Schulsozialarbeiter, Lehrer und Psychologen neigen bei schwierigen Situationen dazu, «professionell» zu agieren und dabei das Kind zu vergessen. Da sie als «Zweigstelle» zwischen Mensch und Umwelt agieren, haben sie in jeder Situation die bewusste Entscheidung zu fällen, ob sie sich mehr auf die Seite des Menschen oder die seiner Umwelt stellen. In aller Konsequenz kann dies bedeuten, dass sie sich für den Menschen und gegen ihren Arbeitgeber stellen, ggf. mit direkten Konsequenzen für ihre Zukunft. Dass sie nun direkt betroffen sind, als Teil des Umfeldes des Kindes, macht diese Entscheidungsfindung nicht einfacher.

Kann eine Fachperson in einem neokorporatistischen System ressourcenorientiert arbeiten?

Es ist eine Typsache, ob sie mehr zu Sicherheit tendieren oder ob sie sich die Fähigkeit zutrauen, im Rahmen ihres Knowhows zu agieren und Handlungsspielraum auszuloten. Ressourcenorientierung heisst demnach auch, dass die Fachpersonen (und Eltern) über sich hinauswachsen und Emotionen zulassen dürfen. Ehrlichkeit und Vertrauen sind die Basis für die ressourcenorientierte Jugendsuizidprävention, systemische und politische Prozesse sollten und dürfen dabei keine Rolle spielen. Ob sie es schaffen, einen Raum zu erstellen, um präventiv arbeiten zu können, liegt nicht einzig und allein an ihren Fähigkeiten – es bedarf auch einem empathischen Umfeld, dass selbst ressourcenorientiert denkt.

Mensch und Umwelt

Der Entwicklungspsychologe Jean Piaget bemühte sich um die Klärung der Frage, wie es dem Kind zunehmend gelingt, sich an seine Umwelt anzupassen. Die Anpassung der kognitiven Funktionen erfolgt durch zwei Prozesse: Assimilation und Akkommodation. Erfahrungen regen sowohl Assimilation und Akkommodation an. Nach Piaget ordnet sich das, was Kinder lernen und was sie tun können, in Schemata. Wenn Kinder Erfahrungen sammeln, die sie mit Hilfe ihrer Schemata erklären können, befinden sie sich in einem Gleichgewichtszustand (Äquilibration). Beobachten sie Sachverhalte, welche sie nicht so einfach assimilieren können, entsteht ein «Disäquilibrium». (wiki)

Ein Kind in einer suizidalen Phase befindet sich demnach erstmal in einem Ungleichgewichtszustand. Dieser kann abrupt durch Ereignisse hervorgerufen werden oder sich kontinuierlich über einen grossen Zeitraum hinweg entwickeln und festigen. Durch den Prozess der Akkommodation wird das Gleichgewicht wieder hergestellt. Es empfiehlt sich, diese Begebenheit in der ressourcenorientierten Jugendsuizidprävention zu berücksichtigen.

