

„KINDER UND JUGENDLICHE MIT  
PSYCHISCHEN AUFFÄLLIGKEITEN IN  
SCHULE. EIN  
PÄDAGOGISCHER HANDWERKSKOFFER  
FÜR PÄDAGOG:INNEN.“



# ZAHLEN

- Etwa 15 bis 20% der Kinder und Jugendlichen leiden unter psychischen Störungen (z.B. Angststörungen, Depression, AD(H)S, Posttraumatischen Belastungsstörungen etc.).
- Von psychischen Störungen betroffene Kinder und Jugendliche erleben die Schule in ihrer Schüler\*innenrolle häufig als besondere Herausforderung.

# DEPRESSION

- [https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&sca\\_esv=566478814&sxsrf=AM9HkKkcYSq0lHaEj8fqAbCO7UrwfiOu0A:l695l054l3670&q=schon+kinder+k%C3%B6nnen+depressiv++werden&tbm=vid&source=lnms&sa=X&ved=2ahUKEwirlKfgh7aBAxXeVfEDHUAFcNYQ0pQJegQICxAB&biw=1280&bih=531&dpr=1.5#fpstate=ive&vld=cid:7670eec5,vid:5PBkZY90jpE,st:0](https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&sca_esv=566478814&sxsrf=AM9HkKkcYSq0lHaEj8fqAbCO7UrwfiOu0A:l695l054l3670&q=schon+kinder+k%C3%B6nnen+depressiv++werden&tbm=vid&source=lnms&sa=X&ved=2ahUKEwirlKfgh7aBAxXeVfEDHUAFcNYQ0pQJegQICxAB&biw=1280&bih=531&dpr=1.5#fpstate=ive&vld=cid:7670eec5,vid:5PBkZY90jpE,st:0)

# DEPRESSION

## Symptome 6-12 Jahre

- Traurigkeit, Lust- und Antriebslosigkeit
- Desinteresse, Rückzug
- Erste lebensmüden Gedanken
- Autoaggressives Verhalten
- Schlaf- Essstörungen
- Somatische Beschwerden

## Symptome 12-18 Jahre

- Schwankungen des Befindens
- Teilnahmslosigkeit
- Verzweiflung, Wut
- Vermindertes Selbstvertrauen
- Grübeln, Zukunftsängste
- Suizidalität

# MÖGLICHE URSACHEN

Ursachen



■ Vererbung   ■ Stress, Lebensereignisse   ■ Verlust, Gewalt   ■ Drogen, körperliche Erkrankungen

# HILFREICH

- Beziehungstiftende Maßnahmen: gute Beziehung zu Lehrpersonal und Mitschüler\*innen, sozial gut eingebettet sein
- Angenehme, angstfreie Atmosphäre
- Aufbau von Stärken
- Förderung von sozialer Kompetenz
- Enge Kooperation mit Eltern

# SELBSTVERLETZENDES VERHALTEN

- absichtlich nicht-lebensbedrohliche Verletzungen oder Wunden zufügen.
- Aufschneiden, Aufkratzen oder Aufritzen der Haut an den Armen/Beinen mit scharfen Gegenständen (Rasierklinge)
- häufig im Jugendalter (11 bis 16 Jahren); eher weibliches Geschlecht
- Häufigkeit und Intensität steigt an

# HINTERGRÜNDE

- Spannungen reduzieren
- sich wieder „zu spüren“, innere Leere zu vertreiben
- hoher emotionaler Druck, Wut, Aggression gegen sich selbst
- Danach Erleichterung
- Wunden und Narben werden oftmals verheimlicht (Kleidung)
- großes Schamgefühl

# HILFREICH

- Symptomatik (das Ritzen) nicht zum Hauptthema machen
- dahinterliegenden Problematik in den Fokus nehmen
- Hinzuziehen von Fachpersonen

# SUIZIDALITÄT

- zweithäufigste Todesursache bei Kindern
- Etwa jeder **5.** Jugendliche hat Suizidgedanken
- Höhepunkt von Suizidversuchen zwischen 14 und 24 Jahren
- Unter 10 Jahren entwickeln Kinder selten suizidale Gedanken und setzen diese kaum in die Tat um

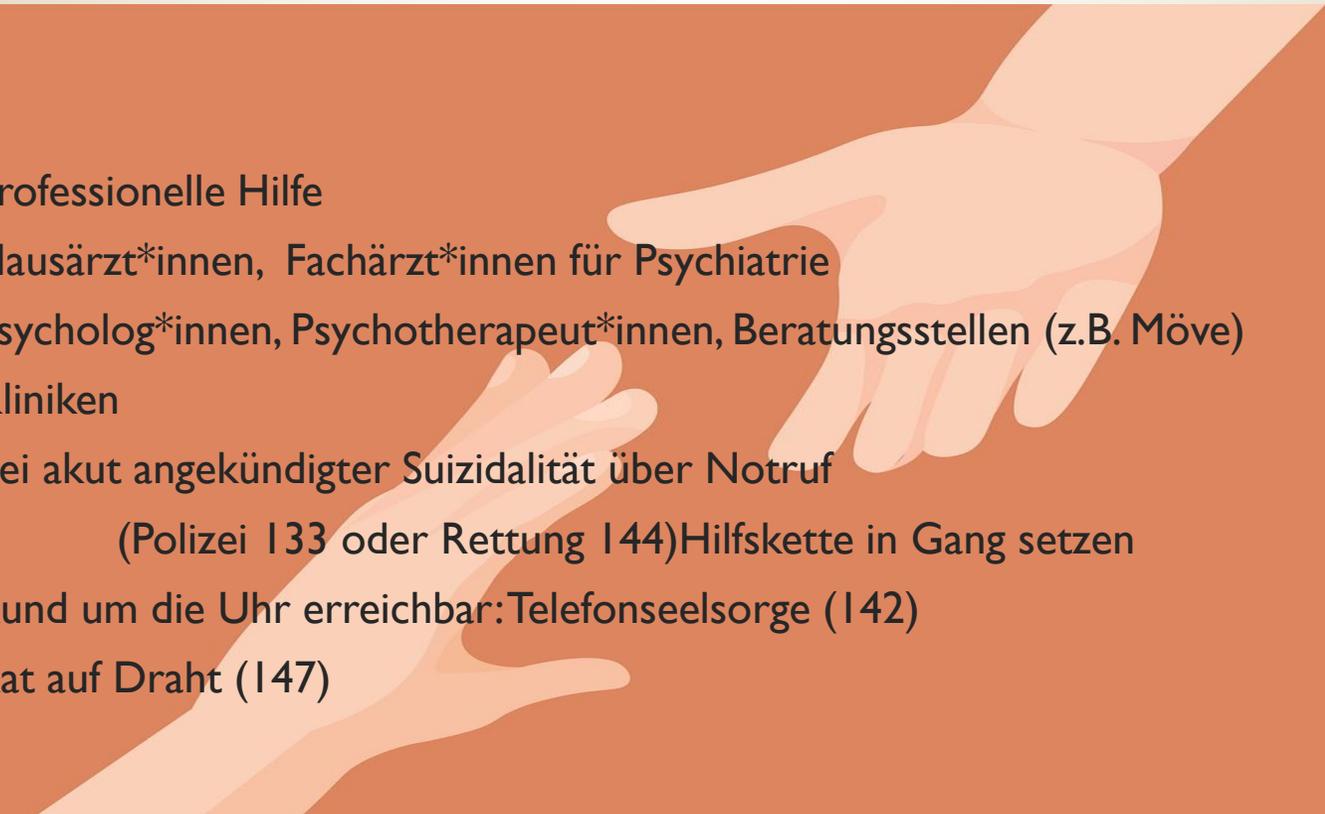
# WARNSIGNALE

- Suizidankündigung (80%), direkt und indirekt
- unerwartete Ruhe nach Suizidäußerungen
- fehlender Kontakt im Gespräch
- äußerliche Veränderungen
- belastete Beziehungen
- häufige Unfälle/ selbst herbeigeführte Verletzungen
- Vorbereitung wie für große Reise –Verschenken persönlicher Dinge

# HILFREICH

- offenes Ansprechen von Suizidgedanken
- Suizidabsichten ernst nehmen = Notsignal
- Wertschätzung der Person, vorurteilsfrei
- Besprechen der Hilfsmöglichkeiten
- Involvierung von Bezugspersonen

# HILFEMÖGLICHKEITEN

- 
- Professionelle Hilfe
  - Hausarzt\*innen, Facharzt\*innen für Psychiatrie
  - Psycholog\*innen, Psychotherapeut\*innen, Beratungsstellen (z.B. Möve)
  - Kliniken
  - Bei akut angekündigter Suizidalität über Notruf  
(Polizei 133 oder Rettung 144) Hilfskette in Gang setzen
  - Rund um die Uhr erreichbar: Telefonseelsorge (142)
  - Rat auf Draht (147)

# ANGST

- diffuser, frei flottierende Angst
- Situations-oder objektbezogener Angst gekennzeichnet (=Phobien)
- Angstsymptome: beschleunigte HF, Schwitzen, Erröten oder Erblassen, Schwindel etc.)
- motorische Verspannung
- gesteigerte Aufmerksamkeit, Vermeidung von Angstsituationen



# ANGSTSYMPTOME

- 5 bis 10 Jahre
- Leises sprechen
- Kaum Blickkontakt
- Interessenverlust
- Alleine Schlafen, alleine sein
- Schulangst
- Weinen, Schuldgefühle
- 10 bis 18 Jahre
- Schüchternheit, Gehemmtheit
- Errötungsangst
- Angst vor Kontrollverlust
- Große Sorgen
- Hilflosigkeit
- Geringes Selbstvertrauen

# ARTEN DER ANGST

- Emotionale Störung mit Trennungsangst des Kindesalters: Ausgeprägte Angst vor der Trennung von Bezugspersonen, häufig mit der Sorge, dass Bezugspersonen etwas zustoßen könnte
- Phobische Störungen des Kindesalters: anhaltende und übermäßige Angst vor bestimmten Objekten oder Situationen
- Generalisierte Angststörung des Kindesalters: unspezifisch auf viele unterschiedliche Ereignisse etc. Intensive Ängste/Sorgen, Grübeln können nur schwer kontrolliert werden. Somatische Beschwerden, vegetative Übererregtheit und Schlafstörungen

# HILFREICH

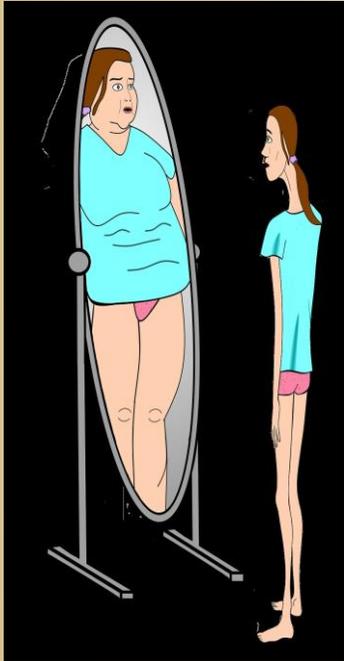
- Signale wahrnehmen
- Ängste schildern lassen
- **„Angst klopfte an die Tür, Vertrauen öffnete und niemand stand draußen.“**  
*(chinesisches Sprichwort)*
- *Vertrauen und Sicherheit ausstrahlen*
- *Lösungen reifen lassen, das Kind ist Expert\*in*

# ESSSTÖRUNGEN

## Bulimie

- Kontrollverlust–Gefühl bei der Fressattacke
- Folgen: Herzrhythmusstörungen, Kreislaufprobleme, Zahnschmelzschäden, Elektrolytentgleisung; Nierenschäden, Zyklusstörungen, Schlafproblematik und Konzentrationsstörungen
- Seelischen Bereich: Perfektionismus, Abwertung der eigenen Person, Selbsthass und Depression. Aufrecht-erhaltung der Fassade.

# ESSSTÖRUNGEN



## Magersucht

- auffallend dünn
- sehr sensibel für die Bedürfnisse anderer – kaum Zugang zur eigenen Gefühlswelt
- Störung der Wahrnehmung von Figur/Gewicht Bedürfnisse werden ignoriert
- Rückzugsverhalten, exzessiver Sport, sich kälte aussetzen (T-Shirt im Winter), ständiges Wiegen

# ESSSTÖRUNGEN

## Binge eating

- Körper meist übergewichtig
- Unkontrollierte Essanfälle, fehlende Regelmäßigkeit, Störung der Hunger- und Sättigungswahrnehmung
- Geringe körperliche Aktivitäten, sehr passiv
- Essen ist ebenso schambesetzt, alleine essen
- Herz-Kreislauferkrankungen (z.B. Bluthochdruck), Gelenkleiden etc.
- Resignation, Depression, Vermeiden von Spiegeln, Hass auf den eigenen Körper.

# HILFREICH

1. Verhalten beobachten, bei Auffälligkeiten-Signale erkennen
  2. Festhalten von Tatsachen
  3. Das erste Gespräch
  4. Gespräch mit den Eltern der Betroffenen
  5. Reflexion
- Betroffene nehmen Hilfe desr Lehrer\*in an:
6. Gespräch
  7. Gespräch vorbereiten Umgang mit der Klasse und dem Freundeskreis
  8. Erfolgskontrolle

# AUTISMUS

- Nehmen sämtliche Umgebungsreize ungefiltert auf, reagieren mit Rückzug (weglaufen, »abschalten«), oder werden aggressiv, weil sie sich nicht mehr zu helfen wissen
- Schwer den SINN des Gesprochenen oder Gelesenen zu verstehen. Aussagen wortwörtlich, Redewendung nicht verstanden
- Fehlen des Verständnisses für Gefühle, Vorstellungen und Wünsche anderer.

# HILFREICH

- Klare Sprache, Redewendungen vermeiden
- Gewünschtes Verhalten benennen
- Rückzugsmöglichkeiten erlauben
- Viel Konstanz (Sitzplatz, Lehrer, Orte,...)

# AD(H)S

- Aufmerksamkeitsstörungen,
- Hyperaktivität
- Impulsivität
- Desorganisation
- emotionale Symptome (z. B. schnelle Stimmungswechsel, verminderte Belastbarkeit bei Stress)

# HILFREICH

- Fremdregulation: Strukturen, Rituale, regulierende Rahmenbedingungen
- Konkret: Räumliche Nähe zum Kind, immer wieder Blickkontakt
- Klare kurze Regeln und Anweisungen
- Ablenkungen reduzieren: geeigneter Sitzplatz, abgeräumter Tisch,...
- Selbststrukturierung fördern
- Würdigung von individuellen Anstrengung und individuellen Fortschritten
- Motorisch: viel Bewegungsmöglichkeiten anbieten, schwere „erdende“ Materialien anbieten, Knete, Kaugummi all das kann entspannen.

# BINDUNG

- Lehrerin bzw. Lehrer verbringen viel Zeit mit den Kindern und Jugendlichen und können starke Veränderungen an einem Schüler bzw. einer Schülerin relativ schnell bemerken.
- Nicht jedes auffällige oder abweichende Verhalten deutet auf eine psychische Erkrankung hin.
- **LEHRER\*INNEN SIND WICHTIGE BEZUGSPERSONEN ABSEITS VOM FAMILIENSYSTEM!**



# VORGEHEN

- RUHE BEWAHREN
- BEOBACHTEN
- AUSTAUSCHEN
- GESPRÄCH FÜHREN
- HILFSANGEBOTE ANBIETEN

**VIELEN DANK FÜR DIE  
AUFMERKSAMKEIT**

[www.psychotherapie-theiner.at](http://www.psychotherapie-theiner.at)