

Suizidprävention in der Schule

Gesundheitsförderung

Förderung der Lebenskompetenzen der Schülerinnen und Schüler (life skills)
gutes Schulklima / Schulkultur
psychische Gesundheit
Mitbestimmung und Mitgestaltung
Qualitätsentwicklung

Suizidprävention

Unspezifische Suizidprävention (Schulhaus und Klasse)

- Wir-Gefühl stärken
- Sinnfragen
- Die Wichtigkeit von Beziehung und Freundschaft (Beziehungsfähigkeit)
- Konfliktfähigkeit, Stressbewältigung
- Was tun wenn es mir schlecht geht – was tut mir gut?
usw.

Spezifische Suizidprävention (Klasse)

- Suizid als Thema - Sprechen über Suizidalität (falsche Meinungen klären, Zahlen, Hintergründe, Entstehung)
- Umgang mit sich selber bezüglich Suizidgedanken, eigener Umgang mit Scheitern, schwierigen Situationen und Krisen
- Umgang in der Klasse, wenn jemand über Suizid spricht
- Was tun, wenn ich ins Vertrauen gezogen werde
- Hilfe holen, wo, wann, wie
- Konkret niederschwellige Angebote kennen lernen

Früherkennung (Lehrpersonen und Schulhaus)

- Wie erkenne ich eine Gefährdung?
- Merkmale, Alarmsignale,
- Risikogruppen

Intervention (Lehrpersonen und Schulhaus)

- Wie spreche ich eine Schüler/eine Schülerin an
- Welches sind adäquate Massnahmen beim Erkennen einer ev. Gefährdung
- Interventionsplan, der Vorgehensweisen und Zusammenarbeit regelt
- Kriseninterventionsplan für akute Geschehnisse

Postvention (Lehrpersonen und Schulhaus)

- Kriseninterventionsplan mit konkreten Vereinbarungen (z.B. Mediensprecher)
- Trauerbegleitung in der Klasse / Schulhaus
- Auf andere gefährdete Schüler/innen achten
- Sicherung des Ortes