



Überregionales Beratungs- und Förderzentrum
für kranke Schülerinnen und Schüler
Martin-Luther-Schule
Schulamtsbezirke Gießen/Vogelsberg - Wetterau - Fulda

Nicht-suizidales selbstverletzendes Verhalten

Informationsreihe zum Umgang
mit psychischen Erkrankungen
im Schulalltag

**Schulamtsbezirk Gießen
und Vogelsberg**
Martin-Luther-Schule
Leppermühle 1, 35418 Buseck
üBFZ-Telefon: 06408 - 509 - 144
Fax: 06408 - 509 - 145

Schulamtsbezirk Wetterau
Ballhaus Schule,
Schloßstr. 17, 35510 Butzbach
üBFZ-Telefon: 06033 - 74618 - 13/-14
Fax: 06033 - 74618 -19

Schulamtsbezirk Fulda
Martin-Luther-Schule
am Kompetenzzentrum
An der Röthe 15
36100 Petersberg
üBFZ-Telefon: 0661 - 6006 - 9370
Fax: 0661 - 6006 - 9371

**Weitere Informationen
über das üBFZ unter**

→ [www.mls-buseck.de/
beratungsarbeit](http://www.mls-buseck.de/beratungsarbeit)

Nichtsuizidales, selbstverletzendes Verhalten (NSSV) wird als freiwillige, direkte Zerstörung oder Veränderung des Körpergewebes ohne suizidale Absicht definiert, die sozial nicht akzeptiert, direkt ausgeführt und wiederholt wird. Meist führt es zu kleinen oder moderaten Schädigungen.

Das nicht-suizidale selbstverletzende Verhalten kann in unterschiedlichen Formen auftreten:

- Schneiden mit Scheren, Messern, Glasscherben, etc.
- Verbrennen, Verbrühen (z. B. Zigaretten, Bügeleisen, Wasserkocher)
- Kratzen mit Fingernägeln
- Schlagen des Kopfes gegen harte Oberflächen
- jede Einnahme von Substanzen oder Drogen mit der eindeutigen Absicht, eine körperliche Schädigung herbeizuführen
- Verweigerung von Essen

Das selbstverletzende Verhalten kann für die Kinder und Jugendlichen unterschiedliche Funktionen übernehmen:

- Verminderung von Anspannung und Stress
- Ventilfunktion für Ärger und Wut
- Selbstbestrafung
- Möglichkeit, sich bei innerer Leere wieder zu spüren
- Mittel, um Kontrolle über eigene Gefühle zurück zu gewinnen
- Mittel, um Aufmerksamkeit zu bekommen
- Ablenkung von Problemen

Selbstverletzendes Verhalten ist selbst keine psychische Erkrankung. Es kann jedoch als Symptom vieler kinder- und jugendpsychiatrischer Erkrankungen (z.B. Borderline-Persönlichkeitsstörung, Störung des Sozialverhaltens, Bulimie, Autismus- Spektrum- Störung) auftreten, aber auch bei Jugendlichen in psychosozialen Krisen ohne diagnostizierte Erkrankung.

Tipps für den Schulalltag – Pädagogische Hilfen in der Schule

Der Interventionsspielraum von Lehrkräften beschränkt sich hauptsächlich auf das Erkennen von NSSV, eine professionelle Begleitung der Betroffenen und eine strukturierte Informationsbündelung und -weitergabe.

1. Anzeichen wahr- und ernst nehmen

- häufig nicht erklärbare Schrammen, Narben, Schnitte oder Verbrennungen
- unpassende Kleidung, um Wunden zu verdecken
- Schüler*innen verbringen ungewöhnlich viel Zeit auf der Toilette oder an isolierten Plätzen
- Weigerung bei Sport- und Schwimmunterricht, sich nicht vor anderen umziehen wollen
- erhöhtes Risikoverhalten, Risikosuche
- Essstörungen oder Substanzmissbrauch
- Anzeichen für Depression oder soziale Isolation
- Besitz scharfer Gegenstände
- Zeichnungen oder Texte bezogen auf selbstverletzendes Verhalten

2. vorbeugen - Prävention umsetzen

Präventive Maßnahmen dienen hauptsächlich der Stabilisierung bzw. Entlastung der Jugendlichen durch:

- Stärken des Selbstwertgefühls
- Fördern von gesunden Beziehungen in der Peergroup
- Erkennen von Überforderungssituationen von Schüler*innen
- Gestaltung von Schule als unterstützende Umgebung z.B. durch klares Vorgehen gegen Mobbing
- Erkennen und Unterstützung von Jugendlichen mit emotionalen Schwierigkeiten
- Anbieten eines niederschweligen, unterstützenden psychosozialen Netzes (z.B. Schulsozialarbeit, UBUS¹)

3. schulinterner Informations - Leitfaden

- schulinternen Leitfaden entwickeln, z.B. Einsatz von Schulprotokollen
 - Schulung von mindestens einer verantwortlichen Person in der Schule als Experte, dem Beobachtungen oder Hinweise auf NSSV gemeldet werden
 - Dieser nimmt Kontakt mit dem betreffenden Jugendlichen auf und nimmt eine Risikoabschätzung vor, auf Grundlage dessen weitere Entscheidungen getroffen werden
 - Kontaktaufnahme zu den Eltern/ Sorgeberechtigten
 - Einschalten von Förderschullehrkräften aus dem regionalen Beratungs- und Förderzentrum (rBFZ)
 - Kontakt zu der Schulpsychologie und Fachberatung des zuständigen Staatlichen Schulamtes sowie zum üBFZ aufnehmen - Datenschutz beachten!
 - Vorschläge zu weiterführenden Hilfen (z.B. Beratungsstelle, Psychotherapie, Ambulanz KJP)
- ➔ [kostenloses Fortbildungsangebot über E-Learning ab Ende 2021](#)
- ➔ [Schulentwicklungsmodul „LifeMatters“](#)

4. Entlastung schaffen

- Vermeidung von Überforderung, jedoch gleichzeitig angemessen fordern
- Anwendung des Nachteilsausgleiches bei gleichbleibendem fachlichen Anspruch²:
 - unnötigen Leistungsdruck abbauen
 - quantitativ reduzierte Aufgaben
 - Arbeitszeitverlängerung/ Aufteilung von Klassenarbeiten
 - Schriftbild tolerieren
 - Aufgabenstellungen vorlesen und erklären lassen
 - mündliche Leistung mehr gewichten

¹ unterrichtsbegleitende Unterstützung durch sozialpädagogische Fachkraft

² Nachteilsausgleich bei gleichbleibendem fachlichen Anspruch werden nicht im Zeugnis aufgenommen, da kein Abweichen von den allgemeinen Grundsätzen der Leistungsbewertung stattfindet

➔ [weitere Hinweise zum Nachteilsausgleich](#)

5. angemessene Umgangsformen

Was man tun sollte:

- ein Gesprächsverhalten zeigen, das von „respektvoller Neugier“ geprägt ist
- in der Lehrerrolle bleiben
- dem betroffenen Jugendlichen ruhig begegnen und ihm vermitteln, dass man ihn und sein Verhalten ernst nimmt
- neutral und unaufgeregt Interesse für das Verhalten sowie die genaueren Umstände zeigen
- Beobachtungen und Sorgen formulieren
- die Wunde ohne großen Aufhebens verarztet lassen
- Einsatz von geeigneten Skills³ in der Schule erlauben (nur in Absprache mit den Therapeuten!)

Was man nicht tun sollte:

- Problem herunterspielen
 - Panik, Schock, Ablehnung zeigen
 - Ultimatum stellen oder drohen
 - übertriebenes Interesse zeigen
 - sich zum „Verbündeten“ machen lassen
 - Verschwiegenheit garantieren
 - Zeit verstreichen lassen
 - über NSSV vor der Klasse sprechen (hohes Risiko zur Nachahmung!)
 - ausfragen, urteilen, analysieren, interpretieren
 - Narben in der Schule zur Schau stellen lassen
 - Schüler*in mit frischen, blutenden Verletzungen im Klassenzimmer dulden – ansonsten reguläre Beschulung
- ➔ [Informationsvideos für Lehrkräfte \(und weitere Bezugspersonen\)](#)

³ Skills sind ein Begriff aus der Psychotherapie. Man versteht darunter individuell ausgewählte Fertigkeiten und Techniken, die der Betroffene erlernt, um mit bestimmten Stress- bzw. Spannungssituationen besser umgehen zu können.

6. Links für Informationen/ Kontakte

Schulische Beratung

- ➔ [Liste der rBFZ und üBFZ in Hessen](#)
- ➔ [Fachberater*innen im Staatlichen Schulamt](#)
- ➔ [Liste der Schulpsychologie im Staatlichen Schulamt](#)
- ➔ [Liste der schulpsychologischen Telefonberatung](#)
- ➔ [Beantragung einer üBFZ-Beratung mit Einverständniserklärung](#)

Beratungsmöglichkeiten:

- ➔ [Telefonberatung: Nummer gegen Kummer](#)
- ➔ [Kontakt- und Informationsforum für Angehörige](#)
- ➔ [Online-Hilfe, Beratung, Fortbildung „Star-Projekt“](#)
- ➔ [„Irrsinning Menschlich“ u.a. mit Bestellmaterial](#)
- ➔ [„ifightdepression“ für junge Leute \(nur über/ mit Facharzt, Therapeut möglich\)](#)

Behandlungsmöglichkeiten

- ➔ Beratung beim Hausarzt empfehlen
- ➔ [Liste von Fachärzten in Mittelhessen](#)
- ➔ [Liste für Psychotherapeut*innen in Mittelhessen](#)
- ➔ [Universitätsklinikum Gießen/ Marburg](#)
- ➔ [VITOS-KJP Ambulanz Marburg](#)
- ➔ [VITOS-KJP Ambulanz Herborn](#)

Kliniken mit [Dialektisch-Behaviorale Therapie \(DBT\)](#):

- ➔ [LWL Klinik Marsberg \(Station „Die Brücke“ DBT-A\)](#)
- ➔ [Uniklinikum Freiburg](#)
- ➔ [Klinikum Hohe Mark, Oberursel](#)
- ➔ [Vorwerker Fachklinik Lübeck \(Station „Poseidon“\)](#)

Psychotherapeutische Wohnmöglichkeiten

- ➔ Beratung beim zuständigen Jugendamt empfehlen
- ➔ [Freiplatzmeldung sozialer Einrichtungen](#)
- ➔ [Wohnmöglichkeiten für Kinder- und Jugendliche](#)

Videos

- ➔ [Informationsvideos für Lehrkräfte \(und weitere Bezugspersonen\)](#)