

Schüler und Panikattacken

Beitrag von „CDL“ vom 11. September 2024 13:23

Halte ich für einen guten Weg mit ihm zu reden. So weiß der Schüler, dass du informiert bist und das bei dir auch kein Problem darstellt.

Ich würde an deiner Stelle den Schüler aber fragen, ob er sich das mit der kurzen Meldung und dem Satz „Ich muss kurz raus.“ vorstellen kann oder das mit einer passenden Geste für ihn stimmig ist und vor allem auch möglich in so einem Moment. Möglicherweise überfordert ihn das nämlich auch zumindest im Moment noch, sich dann ich noch melden zu müssen, er hat aber vielleicht eine auch für dich funktionierende Alternative im Kopf.

Wenn er zuverlässig ist: Was würde beispielsweise dagegen sprechen, dass er in so einem Moment einfach aufstehen, wenn es ihm möglich ist auf die Tür zeigen und direkt rausgehen darf?

Gib ihm die Möglichkeit, dir zu sagen, wie das aus seiner Perspektive gut lösbar wäre, dann könnt ihr gemeinsam prüfen, ob das auch für dich stimmig ist oder wie ein Kompromiss aussehen könnte, der für ihn noch umsetzbar ist. Und das schreibe ich jetzt bewusst nicht als Lehrerin, sondern als jemand, der selbst schon mit massiven Angst- und Panikattacken zu kämpfen hatte und weiß, dass mit anderen zu reden nicht immer in der Akutsituation möglich ist oder hilfreich wäre.