

Schüler und Panikattacken

Beitrag von „Meer“ vom 12. September 2024 18:14

[Zitat von Antimon](#)

Das ist ja auch was völlig anderes. Bei Allergikern, Epileptikern, etc. wird ans Klassenteam kommuniziert, wie man sich als Lehrperson konkret verhalten soll, wenn es zu einem relevanten Ereignis kommt. Ein Kollege hatte mal einen Epileptiker in einer Klasse, da wurde sogar eine kurze Schulung mit allen Lehrpersonen durchgeführt was man machen muss, wenn der Schüler einen Anfall hat.

Was ist daran so anders? Wenn ich weiß, was der Person bei einer Panikattacke hilft, kann ich sie genau damit dabei begleiten. Und um nichts anderes geht es hier. Wie können wir im Raum Schule unterstützen, dass heißt, gibt es Auslöser, die wir ggf. im Unterricht vermeiden können und gibt es Übungen an die wir ggf. im Fall der Panikattacke erinnern können.

Alles weitere gehört natürlich in die Hände eines Psychotherapeuten/einer Psychotherapeutin.

Manchmal dauert es aber ewig bis jemand einen Platz hat und dann kann es hilfreich sein, wenn man kleine Übungen kennt die in diesem Moment ggf. helfen können. Eben wie schon jemand schrieb, erste Hilfe für die Psyche.