

Inhalt

1	Einleitung.	10
2	Entwicklungsschritte.	12
2.1	Wünsche und Bedürfnisse kommunizieren	14
2.1.1	Psychosoziale Reife	14
2.1.2	Der Beziehungsaspekt.	15
2.1.3	Persönliche Disposition	16
2.1.4	Lebenssituation	16
2.1.5	Kultureller Kontext	17
3	Emotionaler und sozialer Rückzug	20
3.1	Emotionaler Rückzug.	20
3.2	Sozialer Rückzug.	22
3.3	Auslösende Situationen für emotionalen und/oder sozialen Rückzug	23
3.4	Erkennen von emotionalem und sozialem Rückzug	25
3.5	Symptomatik erfassen und gewichten.	28
4	Stabilisierung des seelischen Gleichgewichts . . .	31
4.1	Kontrolle	32
4.2	Selbstwirksamkeit	34
4.2.1	Denken.	36
4.2.2	Motivation	37

4.2.3	Emotionen	37
5	Intervenieren	39
5.1	Vorbereitung	41
5.2	Den Informationsaustausch erleichtern	46
5.2.1	Strukturelle Hilfen	47
5.2.2	Kommunikationstechniken	51
5.2.3	Was sich auch noch lohnt.	57
5.3	Umgang mit der Antwort »Ich weiß nicht«	59
5.4	Mit Kindern und Jugendlichen reflektieren und Lösungen konstruieren	60
5.5	Ein Gespräch Schritt für Schritt.	64
6	Alternative Interventionsformen	69
6.1	Wertschätzen	69
6.2	Dem Kind die Möglichkeit geben, etwas zu tun.	71
6.3	Ein positives Gerücht in Umlauf bringen	72
6.4	Steckbrief oder das Entdecken der Selbstwirksamkeit	73
6.5	Per SMS oder E-Mail kommunizieren	74
7	Suizidäußerungen, Suizidversuche, Suizid	76
7.1	Suizid als Option stehen lassen	77
7.2	Die Autonomie beschneiden	79

7.3	Mit einem suizidgefährdeten Jugendlichen sprechen	80
7.3.1	Konnotationen und Fragen, die helfen, Empathie zu zeigen	81
7.3.2	Gedanken und Gefühle des Jugendlichen annehmen	82
7.3.3	Den Suizid ansprechen	84
7.3.4	Exploration des Suizidplans	87
7.3.5	Weitere Informationen sammeln	88
7.4	Andere Gesprächsrahmen	92
7.4.1	Adaptierte Wunderfrage	92
7.4.2	Rückblick als älterer Mensch	92
7.4.3	Ratschlag vom älteren Ich	93
7.5	Wiederholte Suizidabsichten oder Suizidversuche	93
7.6	Suiziddrohung als Druckmittel	97
7.7	Geheimhaltung	102
8	Lösungsfokussierter Umgang mit sich selbst	105
	Literatur	107
	Über die Autorin	109