|  |  |
| --- | --- |
| Briefkopf Schule | Anschrift |

Rote Texte anpassen

Ort, Datum

**Mustervorlage für Elternbrief**

Liebe Eltern, sehr geehrte Erziehungsberechtigte,

heute/gestern kam es am frühen Morgen/späten Abend auf der Bahnstrecke von X nach Y zu einem sogenannten Personenschaden. Einige Schülerinnen und Schüler unserer Schule waren davon betroffen, dass sie lange Zeit im Zug ausharren mussten/die Situation miterlebt haben.

Menschen, insbesondere Kinder und Jugendliche reagieren auf solch ein Erlebnis völlig unterschiedlich.

Mögliche Reaktionen können unter anderem sein:

* Schwindel, Schwächeanfälle, Schlaf- und Essstörungen oder Müdigkeit,
* Angst, Unsicherheit, Beklemmung, Hilflosigkeit, Schuldgefühle, Erregbarkeit, Weinerlichkeit oder Gefühlsarmut,
* Konzentrationsschwierigkeiten, verstärkte oder reduzierte Wahrnehmung/-en, Albträume,
* Ruhelosigkeit, Nervosität, Rückzug, Impulsivität, Schreckhaftigkeit oder Aggressivität
* immer wieder auftretende Gedanken, Gefühle, Geräusche oder Bilder des Ereignisses (sog. Flash-backs)
* Vermeidungsverhalten bezüglich best. Orte oder Situationen (Bahnfahren, Zuggeräusche …).

Viele dieser Symptome lassen üblicherweise in den nächsten Tagen nach. Wenn sie jedoch über einen längeren Zeitraum (mehrere Wochen) anhalten, sollten Sie fachärztliche oder therapeutische Hilfe aufsuchen.

Bei Realitätsverlust, Selbstgefährdung, Schwierigkeiten bei der Bewältigung des Alltags oder akuten Todesgedanken ist eine sofortige Hilfe angezeigt.

**Sie können Ihr Kind/Jugendlichen unterstützen, indem Sie auf seine besonderen Bedürfnisse in dieser Situation eingehen.**

Bestärken Sie es, die regelmäßigen Alltagsaktivitäten, vor allem Sport, Erholung, Kontakte mit Freunden/-innen beizubehalten. Vermitteln Sie ihm Sicherheit und Verlässlichkeit, zeigen Sie Gesprächsbereitschaft und Verständnis und bestärken Sie es darin, die eigenen Ressourcen zu stärken. Nehmen Sie sich Zeit für Ihr Kind/Jugendlichen und helfen Sie ihm, auch irritierende/unbekannte Gefühle anzunehmen und zuzulassen.

**Unser/-e Schulpsychologe/-in XY, Mitglieder des Kriseninterventionsteams unserer Schule (Nennung der Namen: Beratungslehrkräfte, Religionslehrkräfte, Schulpastoral-Beauftragte/Schulseelsorger) stehen den Kindern/Jugendlichen am XY um XY Uhr (X. Schulstunde) für ein Gruppengespräch/für Einzelgespräche im Raum XY/ in den Räumen XY, ZW zur Verfügung, um so das gemeinsam Erlebte einordnen zu können und damit besser umgehen zu können.**

**Ihr Kind/Jugendlicher darf gerne daran teilnehmen, muss aber nicht. Hier ist Freiwilligkeit oberstes Gebot.**

Auch außerhalb dieses Angebots unterstützen und beraten Sie und Ihr Kind/Jugendlichen o. g. Personen über die o. g. Kontaktdaten gerne.

Mit freundlichen Grüßen