

HILFE FÜR PATIENTEN/SPORTLER IN DER **Krise**

Manchmal sind die Anzeichen einer sich entwickelnden psychischen Erkrankung schwer zu erkennen. Das NATA ATs Care Committee hat diese farbcodierten Richtlinien entwickelt, um Sportlehrern dabei zu helfen, wachsende Bedenken einzuordnen.

Wenn eine Person eine Bedrohung für sich selbst oder andere darstellt, rufen Sie sofort 112 an.

ERHÖHTE ALARMBEREITSCHAFT BEI

- Rückgang der sportlichen und/oder akademischen Leistung
- Auftreten von aggressivem Verhalten und Verhaltensstörungen
- Auffälligen Veränderungen in Aussehen, Verhalten oder Gewicht
- Problemen zu Hause, im Unterricht oder bei der Arbeit
- Traurigem, ängstlichem Verhalten oder schweren Stimmungsschwankungen
- Missbrauch von Alkohol oder Drogen
- Sozialer Isolation
- Häufig wütendem oder leicht frustriertem Eindruck
- Gesundheitsproblemen
- Geistiger Abwesenheit im Unterricht
- Abnehmendem Erscheinungsbild

WENN SIE EMOTIONALES VERHALTEN BEOBACHTEN:

Gehen Sie auf den Einzelnen zu und ermutigen Sie die Person zu einer Bewertung seines mentalen Wohlbefindens

WACHSENDE BEDENKEN BEI

- Eigenartige Kommentare in Gesprächen, E-Mails, Briefen, Social-Media-Beiträgen oder Prüfungen
- Paranoides oder verdächtiges Verhalten
- Aussagen, die nicht vernünftig sind oder mit der Realität übereinstimmen
- Erwähnung von Selbstmord oder Tod (sogar im Scherz)
- Täter oder Opfer von Mobbing
- Stark abnehmendem Erscheinungsbild

WENN SIE BIZARRE ODER IRRATIONALES VERHALTEN BEOBACHTEN:

Besprechen Sie mit dem Einzelnen und den direkt unterstellten Mitarbeitern die Bedenken und die Notwendigkeit einer Bewertung des mentalen Wohlbefindens

HANDELN SIE

- Andere schlagen, treten oder schubsen; eine Waffe mit der Absicht oder Drohung besitzen, anderen Schaden zuzufügen
- Objekte werfen mit der Absicht, anderen Schaden zuzufügen
- Schreiende Absichten, einer anderen Person Schaden zuzufügen
- Selbstmordversuch
- Sexuell gewalttätig
- Extremer Gefahrenträger, wenn die Sicherheit gefährdet ist

WENN SIE AGGRESSIVES VERHALTEN BEOBACHTEN:

Informieren Sie Vorgesetzte. Greifen Sie im Notfall auf Ihren Notfallplan und/oder Ihren Notfallplan für die psychische Gesundheit in der Schule zu. Wenn Sie mit jemandem zu tun haben, der eine körperliche Bedrohung darstellt, steht die Sicherheit von Ihnen und anderen an erster Stelle.

TELEFONNUMMERN • Notruf **112** • Universitätsgesundheitsdienst _____

- Universität/Stadtpolizei _____
- Universitätsberatung _____
- Sekundarschulberater _____
- Psychische Krise - Landkreis _____