

*„Ich will nicht darüber reden“*

## Krisenintervention mit Jugendlichen

Mag. Alexandra Ghetta  
Mag. Christina Brunner

KIT-Tagung Feldkirch  
16. Mai 2025

ifs Vorarlberg  
Institut für Sozialdienste



1

## Wer wir sind

- Wie wir ins Boot gekommen sind
- Was wir heute vorhaben

2

## Blick in die Welt einer Jugendlichen

- Sorgen und Ängste
- Entwicklungsaufgaben und Krise
- Was folgt daraus für den Umgang mit Jugendlichen in/nach einer Krise?

3

## KIT-Nachsorge in Vorarlberg

- Was ist das?
- Wie kommen die Kinder und Jugendlichen zu uns?
- Wie geht es dann weiter?



# ifs – Institut für Sozialdienste

**bietet Menschen aller  
Altersgruppen Unterstützung in  
psychischen und sozialen  
Krisensituationen**

**Angebote  
in allen Regionen  
Vorarlbergs**

**578  
Mitarbeiter:innen  
mit verschiedenen  
Fachberufen**

**unterschiedliche  
Geschäftsfelder**



# ifs Kinder- und Jugendberatung

... im Einzelsetting  
... im Gruppensetting  
... mit begleitenden  
Elterngesprächen

**Psychosoziale und  
psychologische Beratung und  
Behandlung von Kindern und  
Jugendlichen ...**

## **Ziel**

Leidensdruck lindern,  
Familiensystem stärken,  
gute Entwicklung  
ermöglichen

**Vernetzung** mit  
Bezugspersonen und  
psychosozialen  
Fachdiensten





# Blick in die Welt einer Jugendlichen

ifs Vorarlberg  
Institut für Sozialdienste



# Anna, 15 Jahre

Krisensituation: Vater verstarb  
plötzlich an Herzinfarkt



„Lass mich doch  
einfach in Ruhe...sonst  
kommen nur gleich  
Tränen.“

Angst vor  
unangenehmen  
Gefühlen



sorge, sich zu  
blamieren

„Dass ich mich nicht  
mehr alleine in einem  
Raum sein traue, erzähl  
ich ihr bestimmt nicht!  
Das ist ja meeeega  
peinlich!“



Sorge, nicht  
normal zu sein

„Die hält mich sicher  
für verrückt,  
wenn ich ihr das  
erzähle!“



**„Hört sie mir  
überhaupt zu?  
Das verunsichert mich.  
Die redet überhaupt  
nicht mit mir.“**



Sorge, nicht  
ernst genommen  
zu werden

„Ob Papa wohl  
Schmerzen hatte?  
... Wenn ich das wirklich  
frage, hält die mich  
bestimmt für ein  
dummes Kind!“

**„Ich möchte ihr so gern  
helfen.  
Ich komme nicht an  
sie ran.  
Ich fühle mich hilflos.“**



**„Das krieg ich schon  
alleine hin –  
da brauch ich keine  
Psychotante.“**



**„Gut, dass die Mutter  
nun da ist. Ich spreche  
mal mit ihr.“**



„Ah gut, jetzt redet die  
mit Mama und ich hab  
meine Ruhe.  
... aha, so sieht Mama  
das!“



Sorge nicht normal/  
verrückt zu sein

→ **Selbstwert,  
Identität**

Sorge ausgelacht zu werden/ sich zu  
blamieren.  
Sorge aus der Gruppe ausgeschlossen  
zu werden.

→ **Bindung,  
Gemeinschaft,  
Zugehörigkeit**



Angst vor unangenehmen Gefühlen  
Rückzug aus (emotionalen) Gesprächen

→ **Unangenehmes vermeiden,  
Angenehmes anstreben**



Sorge,  
nicht ernst genommen zu werden

→ **Orientierung, Kontrolle**  
(auch sich kompetent, selbstwirksam  
und autonom fühlen)



# Sorgen Jugendlicher und psychische Grundbedürfnisse



## **Gleichaltrige, Freunde**

werden wichtiger

- *sind mit der Krise überfordert  
(einsam unter Freunden)*

# **Entwicklungs- aufgaben im Spannungsfeld der Krise**

## **Autonomie, Ablöse von den Eltern**

**Konflikte und Diskussionen helfen sich  
abzulösen und eigenen Weg zu finden**

- *schwieriger Hilfe anzunehmen  
(schaff das selbst)*
- *vermeiden Konflikte, weil Eltern  
nicht belasten wollen*
- *Gefühle vermeiden um nicht  
Kontrolle zu verlieren*

## **Identität**

**Jugend als Zeit der  
Verunsicherung: Wer bin ich?  
Die Welt ist anders als  
gedacht.**

- *Akute Krise fällt in diese  
Verunsicherung hinein*
- *erschwert positiven Blick  
aufs Leben und  
Identitätsfindung*



# Daraus ergibt sich für den Umgang mit Jugendlichen in Krisen:

1. **Ernst nehmen:** sich vorstellen, Stimme/Sprache beachten
2. **Gesprächsangebot machen**, wiederholt: Nein akzeptieren
3. Gespräch **über die Bande mit Bezugspersonen** oft einfacher für Jugendliche
4. Informationen zur Situation, die **Sicherheit geben**
5. **Jugendliche informieren, was in Körper und Psyche vorgehen kann**
6. **Ressourcen aktivieren:** normale Abläufe, Tätigkeiten die gut tun und soziales Netzwerk
7. **Bezugspersonen informieren**, worauf in der Begleitung der Jugendlichen achten können
  - **Krisenthema besprechbar machen**
  - Wenn starke Veränderungen **zu Unterstützungsangebot begleiten.**
  - Gut für sich als Erwachsene/r sorgen, um **Ablöse für Jugendlichen zu ermöglichen.**
8. **Unterstützungsangebote vermitteln**

„Das sind normale Reaktionen auf ein überwältigendes Ereignis.“

„Was tut dir gut, was machst du normalerweise gerne?“

„Gibt es eine Person, mit der du redest?“

# KIT-Nachsorge in Vorarlberg



# KIT-Nachsorge in Vorarlberg

**Wie kommen die  
Kinder und  
Jugendlichen zu  
uns?**

**Was passiert in der  
Beratung?**

**Wie geht es  
dann weiter?**



**Danke für Ihr  
Interesse!**