

Handlungsplan Meltdown und Shutdown

Kein medizinischer Notfall, aber eine akute Überlastung. Zum Ausfüllen mit den Eltern: Was hilft genau diesem Kind?

Angaben zum Kind

- Name: [Name des Kindes] · Klasse/Gruppe: [Klasse]
- Typische Frühwarnzeichen dieses Kindes: [durch die Eltern eintragen]
- Vereinbarter Rückzugsort: [Ort] · Beruhigend wirkt: [z. B. Kopfhörer, bestimmter Gegenstand]
- Eltern: [Telefonnummern]

In der akuten Situation

- Reize reduzieren: andere Kinder auf Abstand, Lärm und Licht verringern, Raum wechseln oder den Rückzugsort anbieten.
- Sicherheit geht vor: gefährliche Gegenstände entfernen, das Kind aber nicht festhalten, solange keine akute Gefahr besteht.
- Sehr wenig und sehr einfach sprechen, keine Fragen und keine Diskussionen, Ankündigungen kurz halten.
- Zeit geben. Ein Meltdown oder Shutdown lässt sich nicht abkürzen, sondern nur sicher begleiten.
- Beim Shutdown (Rückzug, Erstarren, kein Reagieren): nicht bedrängen, in der Nähe bleiben, leise Rückkehr-Angebote machen.

Danach

- Erholungszeit einplanen, bevor Anforderungen wieder starten. Erschöpfung ist normal.
- Nicht bestrafen: Meltdown und Shutdown sind Überlastungsreaktionen, kein absichtliches Verhalten.
- Später gemeinsam auswerten: Was war der Auslöser, was hat geholfen? Beobachtungen an die Eltern weitergeben: [vereinbarter Weg]

Wichtig

Dieser Plan ist eine Vorlage. Alle individuellen Angaben (Medikamente, Dosierungen, Grenzwerte) trägt ausschließlich das behandelnde Ärzteteam bzw. tragen die Eltern nach ärztlicher Anweisung ein. Die Vorlage ersetzt keine ärztliche Verordnung und keine Schulung. Im Zweifel immer den Notruf 112 wählen.