

# ☺ Willkommen zum Workshop

## Umgang mit Schulvermeidung durch Trennungsangst



M.Sc. Psychologin Magdalene Skopp  
Dipl. Psychologin Kornelia Nigbur

# Vorstellungsrunde... die RSB...

Team aus Schulpsychologen\*innen,  
einer Lehrkraft und einer Verwaltungskraft

Unsere Beratung ist:

- vertraulich
- kostenfrei
- niedrigschwellig
- allparteilich



# Unsere Angebote



Einzelfallberatung –  
Schule, Eltern und Schüler\*in  
oder Selbstmelder\*innen



Coaching der Lehrkräfte & Supervision



Fortbildung & Kollegiale  
Fallberatungsgruppen



Beratung in Krisenfällen



Systementwicklung

# Kontakt

---

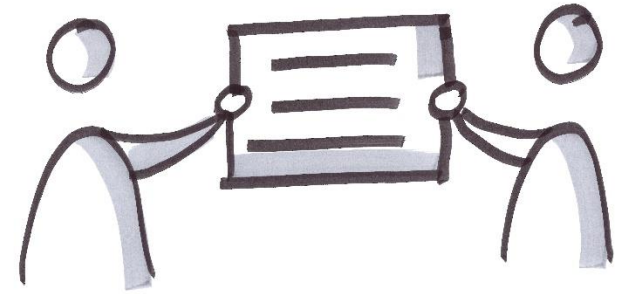


Sekretariat: 0201 / 88-40131

[schulberatung@essen.de](mailto:schulberatung@essen.de)

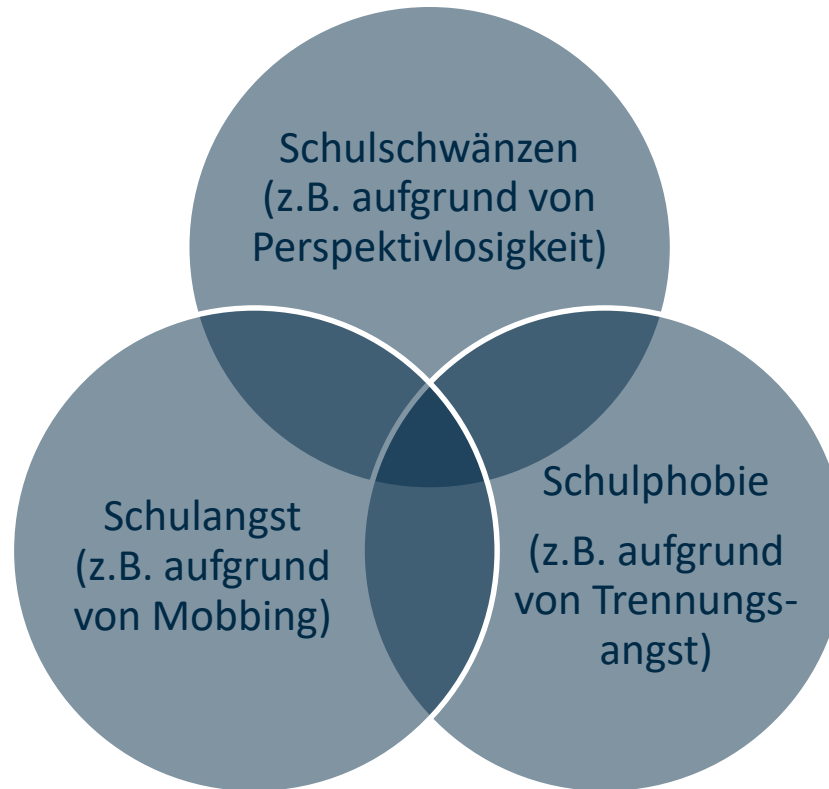
[Essen.de/schulberatung](https://Essen.de/schulberatung)

# Überblick

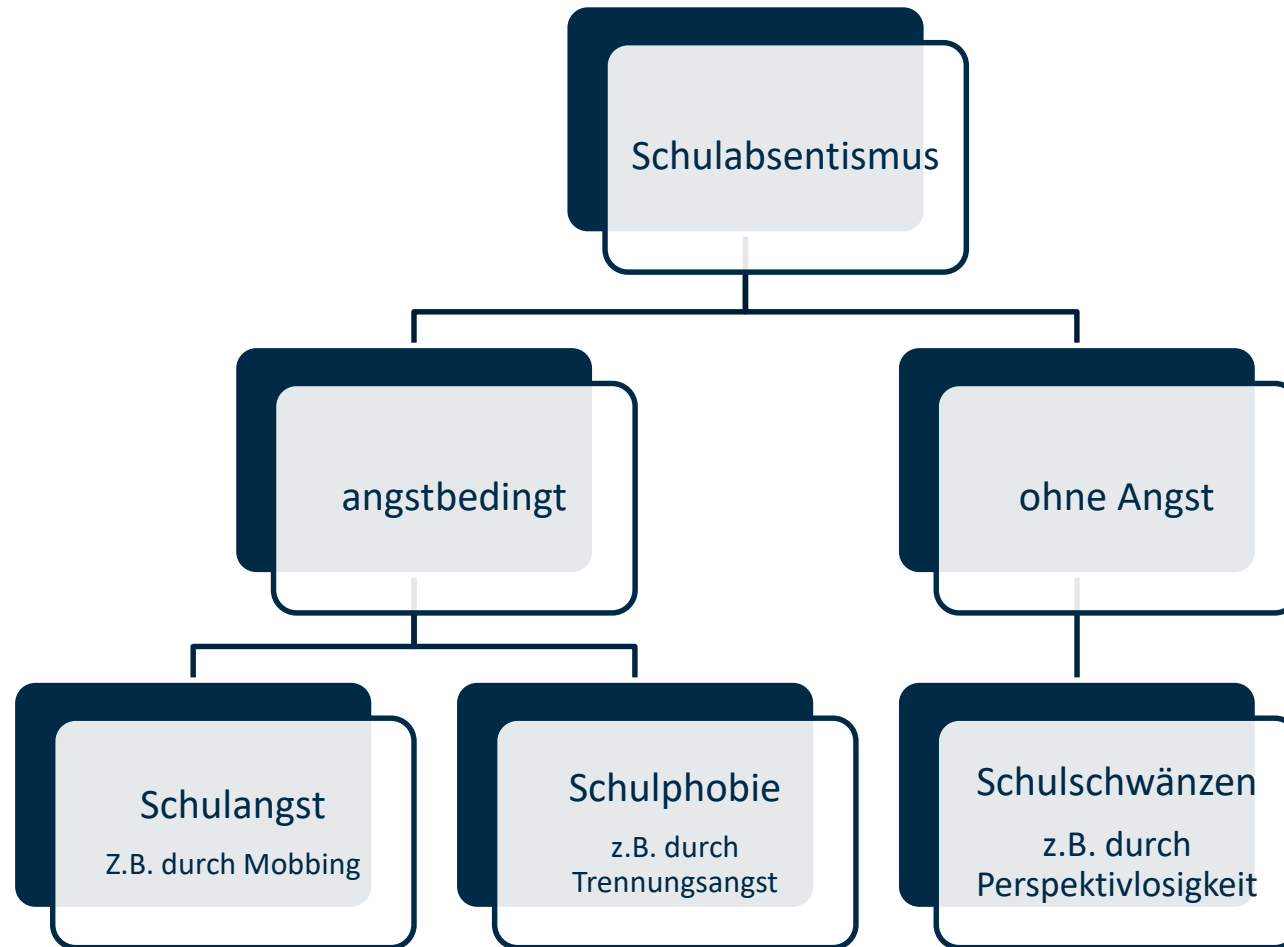


1. Formen von Schulabsentismus
2. Fallbeispiel „Anna“
3. Fragen und Antworten rund um Trennungsangst
4. Übung
5. Stolpersteine
6. Ablauf der Rückführung bei Anna

# Formen von Schulabsentismus



# Formen von Schulabsentismus



# Anna Fallbeispiel





# Was ist Schulphobie (Trennungsangst)

- Phobien sind übertriebene Ängste, losgelöst von „realen“ Auslösern
- Die Ursachen der Ängste liegen nicht in der Schule sondern es handelt sich um eine Trennungsangst.
- Es werden heftige Gefühls- und Verhaltensreaktionen ausgelöst (Angst und Panik)
- Bei älteren Schüler\*Innen zeigen sich eher Einschließen im Zimmer bis zum Schulende

# Wie entsteht Trennungsangst?

- Trennungsangst ist eine Entwicklungskrise
- Hintergrund: ungünstige familiäre Bedingungen wie
  - Symbiotische Beziehungen
  - Trennungen
  - Krankheiten
  - Tod
  - Überbehütung
  - Verlustangst
  - Starkes Bedürfnis nach Kontrolle



# Wie entwickelt sich die Schulvermeidung durch die Trennungsangst

- Schulphobiker haben eher wenig Leistungsprobleme
- Haben zuvor bereits unregelmäßig gefehlt
- Schulbesuch wird plötzlich verweigert
- Keine klaren Auslöser
- Vermeidungsverhalten kann auch auf andere Situationen übergreifen
- Somatische Beschwerden treten fast immer auf



# Wie verfestigt sich die Schulvermeidung?

- Eltern der Schulphobiker wissen immer! um die Fehlzeiten
- Eltern sind in der Regel in die Aufrechterhaltung des Problems involviert
- Es kann eine ungünstige Dynamik zwischen Schule und Elternhaus entstehen
- Es ergibt sich oft in der Familie eine dominante Stellung des Kindes



# Übung

- Aufgabe: stichpunktartigen inneren Monolog auf Flipchart schreiben
- Ziel: Empathisches Verständnis sensibilisieren um pädagogische Reaktionen besser einordnen zu können
- 3 Gruppen
  - Sicht von Anna
  - Sicht von Ihnen als Lehrkraft
  - Sicht von den Eltern



# Stolpersteine auf Seiten der Eltern

- Generelle Hilflosigkeit
- Hohe Toleranz gegenüber Fehlzeiten
- Eigene Angstsymptomatik
- Ängste im Umgang mit Symptome des eigenen Kindes
- Zu frühes / häufiges Abholen von der Schule
- Einseitige Attribution von Ursachen auf Schule bzw. somatische Ursachen
- Erwartung, dass externe Fachleute die Probleme regeln

# Stolpersteine auf Seiten der Schule

- Hohe Toleranz gegenüber Fehlzeiten
- Zu frühes / häufiges nach Hause Schicken
- Unzureichende Abstimmungen
- Fehlende Information bzw. Einbezug von Fachlehrer\*innen
- Ungünstige Kommentare von Lehrkräften / Mitschüler\*innen
- Unmittelbare Leistungsüberprüfung nach Rückkehr
- Ängste von Lehrkräften im Umgang mit Symptomen
- Ambivalente Haltungen
- Einfordern von Begründungen für das Fernbleiben vor Klasse
- Delegation des Problems an Schulsozialarbeit / Externe

# Problemstabilisierung durch Schule

- Häufig gut gemeinte aber unpassende Strategien:
  - Zuviel Nachsicht
  - Nach Hause schicken
  - Versuch, „Einsicht“ bei Schüler\*in herzustellen
  - Hausunterricht
- Stattdessen: möglichst schnelle Rückführung in die Schule
- Alle beteiligten Erwachsenen müssen dafür kooperieren
- Eltern und Schule übernehmen gemeinsam die Verantwortung

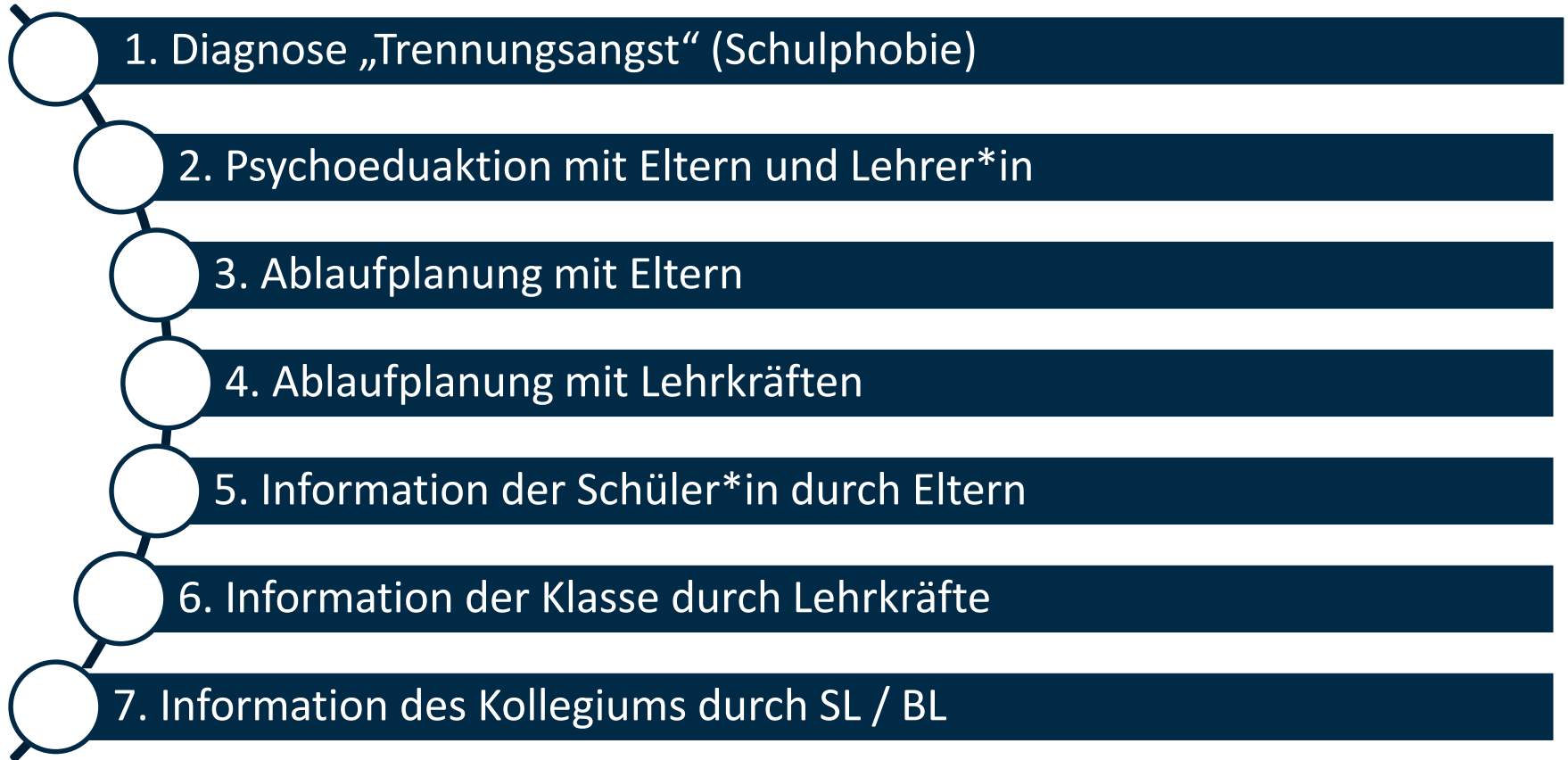


# Einsicht des Kindes ist keine notwendige Bedingung

- Ob ein schulvermeidendes Kind die Schule wieder besucht, beruht unserer Erfahrung nach weniger auf „Einsicht“, sondern eher auf sorgfältig geplantes und entschlossenes Handeln der Erwachsenen.



# Ablauf der Rückführung bei Schulphobie



Rückführung Tag 1

Nachsorge / Vorbereitung Tag 2

# Schritt 1: Diagnose: Trennungsangst

## ➤ Ganzheitlicher Blick auf den Schüler

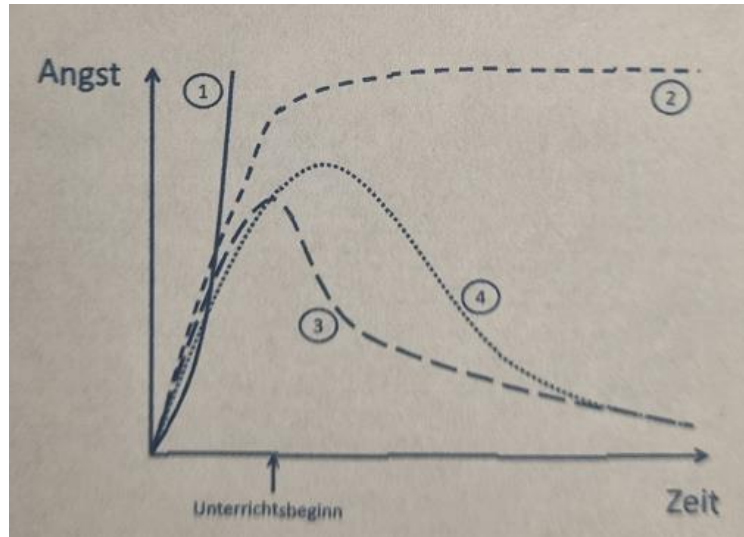
- Beobachtung im Unterricht / Pausen / Gesprächen
- Austausch mit schulinternen Fachpersonal
- Blick in Schülerakte
- Elterngespräch
- Schülergespräch
- Kooperation mit außerschulischen Experten
  - Ärztlicher negativer Befund

# Schritt 1: Diagnose: Trennungsangst

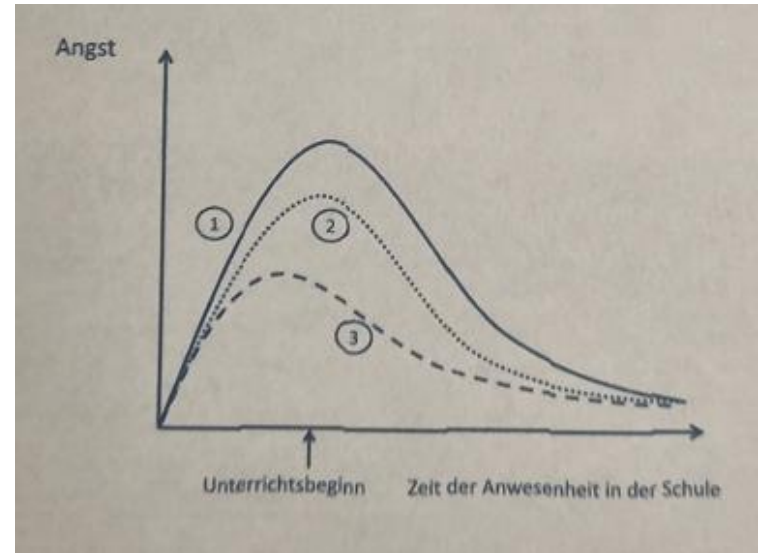
- **Angst, von vertrauter Umgebung/Person (Eltern) getrennt zu werden**
  - Auftreten öfter bei schulischen Übergängen in die 1. oder 5. Klasse, nach Ferien oder Fehlzeiten
  - Häufig überangepasste SuS ☐
  - Psychosomatische Symptome wie Übelkeit, Erbrechen, Zittern , Schmerzen (morgens) vorm Schulbesuch und/oder Schlaflosigkeit
  - Schulbesuch mit großem Widerstand oder Weinen
  - Oft hohe Schulumotivation
  - Sehr enge Eltern-Kind-Bindung
  - Manchmal hohes Maß an Überbehütung
  - Einbinden der Eltern in eigene Ängste (oft unbewusst)
  - Manchmal plötzlicher Beginn nach spezifischem Auslöser

# Schritt 2: Psychoedukation für Eltern / Lehrpersonal

## Angst und Symptome (psychosomatisch)



- 1 + 2 → subjektive Angstkurve
- 3 → realer Verlauf mit Vermeidung
- 4 → realer Verlauf bei Schulbesuch



- 1 → anwesend in der Klasse
- 2 → weiterer Schulbesuch
- 3 → weiterer Schulbesuch

# Schritt 2: Psychoedukation

- Angst und Symptome steigen und bei Vermeidung
  - Angst und Symptome sinken bei Schulbesuch
  - Keine organische und schulische Ursachen
  - „kümmern“ verstärkt die Angst
  - Teufelskreislauf
  - Psychotherapie keine rasche Lösung
  - Keine weiteren oder spontanen Lösungen / Verbesserungen
- 
- „Augen zu und durch Strategie“
  - Dadurch kein Trauma, kontrollierte Konfrontation stärkt!

## Schritt 2: Psychoedukation: Kind

- Separates Gespräch
- Herausarbeiten, dass Schüler\*in gerne zur Schule geht, aber große Angst davor hat (Diagnostikphase)
- Akzeptanz der Angst „ich verstehe, dir geht es dann sehr schlecht“
- Keine Bagatellisierung „ist doch nicht so schlimm“
- Keine Dramatisierung „das ist bestimmt das schlimmste was du je erlebt hast“
- Beruhigung und Erklärung „ja, das kommt manchmal vor, das ein Kind Angst oder Schwierigkeiten hat – deshalb helfen wir dir damit es besser wird“

## Schritt 2: Psychoedukation: Kind

- Sondierung „wer oder was könnte dir dabei helfen wieder zur Schule zu kommen? Würde es dir helfen wenn ein Schulfreund dich begleitet? Möchtest du vielleicht schon eher in die Schule, bevor der Trubel losgeht? Würde dir ein Glücksbringer, Talesmann oder Lieblingsspielzeug helfen sicherer zu sein?“
- Vorhersage „ich weiß, dass du morgen früh starke Angst haben wirst. Halte dich an dein Glücksbringer. Ich bin mir sicher, dass du es aushalten kannst. Wir helfen dir.“
- Angebot, wir helfen dir beim Schulbesuch, indem wir...”



# Schritt 3: Ablaufplanung mit den Eltern

- Ziel: Eltern Sicherheit vermitteln
- Eltern müssen am Morgen der Rückführung physisch und psychisch präsent sein
- Sie müssen von der Rückführung überzeugt sein und es wollen
- Sie müssen sich u.U. Urlaub nehmen
- Der „stärkere“ Partner übernimmt den aktiveren Part
- Wenn weitere Personen beteiligt werden, müssen sie vorher in die Psychoedukation einbezogen werden.

# Schritt 3: Ablaufplanung mit den Eltern

- Folgende Aufgaben müssen die Eltern bewältigen:
  - Kind am Vortag Ihren Entschluss mitteilen
  - Rechtzeitiges, aber nicht zu frühes Wecken
  - Leichtes Frühstück
  - Begleitung zur Schule
  - Kurze Übergabe an der Schultür an die kooperierende Lehrkraft
  - Abholung nach der Schule an der Schultür
- Die Eltern betreten die Schule nicht!

# Schritt 3: Ablaufplanung mit den Eltern

- Eltern müssen sich auf wahrscheinlich auftretenden Komplikationen vorbereiten
  - Kind wird am Morgen mit allen Mitteln versuchen, die Eltern umzustimmen
  - Typische Symptome: Klagen über Schmerzen, Übelkeit, Weinen, Erbrechen, Schreien, Klammern, Wegrennen
- Was tun?
  - Nicht auf Frühstück bestehen
  - Wachsam sein
  - Sich gegenseitig stärken
  - Alles ohne Pausen in einem Fluss erledigen

# Schritt 4: Ablaufplanung mit den Lehrkräften

- Alleiniges Ziel für Tag 1: Schüler\*in in der Schule halten
- Lehrkräfte müssen von der Rückführung überzeugt und präsent sein
- Wer nimmt Schüler\*in entgegen? Muss geklärt sein!
- Freundliche Begrüßung und Begleitung in die Klasse
  - Tagesgeschäft durchführen
  - Sicherheit durch bekannten Sitzplatz
  - Lehrkraft positioniert sich zwischen Schüler\*in und Klassentür
  - Nichtbeachtung von Jammern, Weinen („Du schaffst das“)
  - Wenn Weinen aufhört kurze Bestätigung
  - Keine Mitarbeit einfordern

# Schritt 4: Ablaufplanung mit den Lehrkräften

- Lehrkräfte müssen sich auf Komplikation vorbereiten
  - Starke Angstsymptome
  - Schüler\*in will nicht in Klasse gehen
  - Klagen, Weinen, Erbrechen
  - Schüler\*in rennt zur Klassentür
- Mit jeder Minute im Klassenraum gehen Anspannung und Angstsymptome zurück!
- Klassenlehrkraft sollte sich unterstützen lassen
- Jedoch sollen Eltern und Familie die Schule nicht mehr betreten!

# Schritt 5: Information an Schüler\*in durch Eltern

- Ziel: Haltung formulieren
- Schulbesuch als objektive Notwendigkeit formulieren
  - Anna, wir wissen, dass du gerne wieder zur Schule gehen möchtest und wir möchten das auch. Du weißt wir haben verschiedene Dingen probiert, die nicht funktioniert haben. Wir haben uns Rat geholt und sind jetzt sicher, dass du am besten lernst deine Angst zu überwinden wenn du wieder zur Schule gehst. Wir wissen, dass das nicht leicht für dich ist, aber du wirst es schaffen. Es geht dir nicht gut dabei, aber es wird leichter werden. Dein Teddybären kannst du als Hilfestellung mitnehmen und fest drücken. Wir müssen handeln weil die Schulpflicht uns keine andere Möglichkeit lässt. Deshalb haben wir entschieden, dass du morgen zur Schule gehst und früher von Papa gebracht wirst. Paula und Frau Meyer warten vor der Klasse auf dich.

# Schritt 6: Informationen an die Klasse

- Information der Klasse über Schulbesuch von Anna
- Information über den Verlauf und mögliche Reaktionen von Anna
  - Ihr wisst, dass Anna ein paar Tage / Wochen gefehlt hat. Sie möchte gerne bei uns sein aber es geht ihr nicht so gut und es fällt ihr schwer hier in der Klasse zu lernen. Das kann bei Kindern manchmal vorkommen und dann ist es wichtig, mit Hilfe von anderen Erwachsenen diese Schwierigkeiten zu überwinden. Wenn Anna morgen kommt wird sie sicher unsicher sein und vielleicht auch ängstlich. Es kann sein, dass sie weint. Ihr helft ihr am besten wenn ihr euch so wie immer verhaltet und euch auf die Aufgaben konzentriert. Natürlich könnt ihr ihr ein Lächeln schenken aber bitte bestürmt sie nicht mit Fragen. Ich kümmere mich um Anna.
- Weitere Fragen werden mit verschiedenen Varianten der Botschaft wiederholt ohne Gründe für das Fehlen zu nennen

# Schritt 7: Informationen an das Kollegium

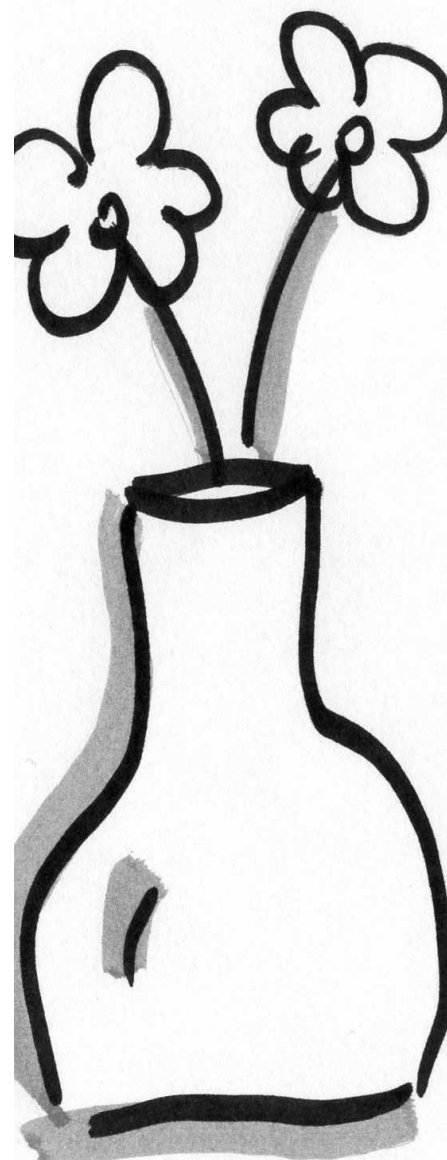
- Alle beteiligten Lehrpersonen, sowie Mitarbeiter aus der Mittags-, und Nachmittagsbetreuung müssen in Kenntnis gesetzt werden (weiterführende Schule!)
- Mitteilung über die Rückführung
- Ziel: Schüler\*in in Schule halten, wird nicht nach Hause geschickt
- Ablaufplan (Schritt 4) erläutern
- Keine Leistungsüberprüfungen
- Hinweis, den Schüler nicht auszufragen oder sein Fehlen wie auch Wiedereinstieg zu kommentieren
- Mitteilung, wer alles involviert ist (Eltern, Beratungslehrer\*in, Schulsozialarbeiter\*in, Schulberatung etc.)



# Schritt 8: Nachsorge, Evaluation

- Externe Berater\*in oder Lehrkraft sollte mit Schüler\*in nach dem 1 Tag kurz sprechen, um den Erfolg zu bestärken und Mut für den nächsten Tag auszusprechen.
- Bei Rückschlag: Normalisierung, denn Trennungsangst ist eine gravierende Symptomatik, die an den Nerven aller Beteiligten zehrt
- Die gleichen Schritte werden am nächsten Tag getätigt. Falls es Lehrerwechsel geben sollte müssen die entsprechenden Lehrkräfte informiert werden
- Vermehrtes Augenmerk nach Wochenenden oder Ferien

**Vielen Dank für  
Ihre Aufmerksamkeit!**



# Literaturangaben:

- *Schulabsentismus verstehen und wirksam begegnen* –  
Regionale Schulberatungsstelle des Kreises Borken  
[https://rsb-borken.de/fileadmin/user\\_upload/Broschuere\\_Schulabsentismus-klein.pdf](https://rsb-borken.de/fileadmin/user_upload/Broschuere_Schulabsentismus-klein.pdf)



# Kontakt

Regionale Schulberatungsstelle der Stadt Essen

Gildehofstr. 1a, 45127 Essen

Telefon: 0201 88 40131

Fax: 0201 88 40911

E-Mail: [schulberatung@essen.de](mailto:schulberatung@essen.de)

Internet: [www.essen.de/schulberatung](http://www.essen.de/schulberatung)