

# Was tun bei Schulvermeidung?

## Zuhause bleiben geht nicht!

Anregungen aus der Beratungsstelle für Schul- und Familienfragen  
des Kreises Minden-Lübbecke

### Kennen Sie das?

Ihr Kind klagt morgens über Bauch-, Hals- und/oder Kopfschmerzen, vielleicht auch über Übelkeit, Schwindel oder Schlafstörungen. Spricht es von Angst und beteuert, nicht in die Schule gehen zu können? Sie fühlen mit ihm oder ihr, stellen besorgte Fragen. Fühlt Ihr Kind sich von den anderen Kindern oder Lehrkräften schlecht behandelt oder bleibt der Grund für die Angst unklar? Eventuell äußert Ihr Kind aber auch offen, nicht in die Schule gehen zu wollen und lässt sich durch nichts zum Schulbesuch bewegen?

Schließlich gelangen Sie zu der Überzeugung, dass Ihr Kind Erholung von der Schule braucht und ein oder zwei Tage zu Hause nicht schaden werden. Im Laufe des Vormittags kommt es zu einer schnellen Heilung. Wenn das Kind ernsthaft krank wirkt oder sich der Vorfall wiederholt, werden Sie ärztlichen Rat einholen. Eine körperliche Ursache ist nicht zu finden und doch wiederholt sich dieser Ablauf immer wieder in kürzer werdenden Abständen.

### Sie erkennen:

**Zuhause bleiben hilft nicht weiter. Abwarten verschlimmert das Problem.**

Jetzt kommt es auf **Ihre Haltung** als Eltern an.

**Je früher Schulvermeidung zum Thema gemacht wird, desto leichter ist es, etwas zu bewirken!**

### Schauen Sie sich das Problem und Ihre Haltung dazu genau an.

- Entspannt sich Ihr Kind, wenn Sie die Symptome als Zeichen von Aufregung deuten, mit der man durchaus zur Schule gehen kann?
- Wie gelingt es Ihnen in anderen Zusammenhängen, sich bei Ihrem Kind durchzusetzen?
- Sind Sie selbst davon überzeugt, dass Ihr Kind in der Schule gut aufgehoben ist?

- Vermitteln Sie Ihrem Kind ein positives Bild von der Schule, auch wenn es negative Erlebnisse mit Ihnen verarbeitet?
- Konnte sich Ihr Kind bereits im Kindergarten schwer von Ihnen trennen?
- Fällt Ihrem Kind die Trennung von Ihnen als Eltern generell schwer?
- Wie gehen Sie mit Ängsten um? Weichen Sie unangenehmen Terminen selbst gern aus? Ihrem Kind droht in der Schule in der Regel keine realistische Gefahr. Die Überwindung der Angst löst das Problem, während Nachgeben verhindert, dass Ihr Kind unabhängig zur Schule gehen kann.

### **Hören Sie Ihrem Kind aufmerksam zu, denn Sie kennen es am besten!**

- Macht es sich Sorgen um Sie, z. B. weil Sie sich getrennt haben? Sind Sie trotzdem als Eltern für das Kind spürbar? Gibt es (zu) viel Streit?
- Mit welchen Lehrer\*innen und Schüler\*innen kommt es gut klar, mit welchen gibt es Schwierigkeiten und Konflikte?
- Wo sieht Ihr Kind seine oder ihre Stärken und Schwächen? Wo hat es Kenntnisse und Fähigkeiten?
- Sind es bestimmte Wochentage, an denen es nicht zur Schule möchte?
- Wie verläuft ein guter Tag in der Schule, wie ein schlechter?
- Wie verläuft der Tag, wenn es nicht in die Schule gegangen ist?
- Was will Ihr Kind erreichen, was vermeiden?
- Welche Nachteile befürchtet Ihr Kind, wenn es jeden Tag in die Schule ginge?
- Falls Lernrückstände bestehen, sollten diese aufgeholt werden. Sprechen Sie mit den Lehrkräften.
- Falls Sie unsicher sind, was Sie Ihrem Kind zutrauen können, sollten Sie eine testpsychologische Untersuchung durchführen lassen.

### **Gewinnen Sie Ihr Kind zur Mitarbeit.**

- Zeigen Sie Interesse an Dingen, für die sich Ihr Kind begeistern kann, auch wenn es Ihnen schwerfällt, weil es sich um Handy- oder PC-Spiele handelt. So behalten Sie den Respekt Ihres Kindes und gewinnen Einfluss zurück.
- Schließen Sie Verträge, treffen Sie Vereinbarungen und legen Sie Etappenziele fest.
- Ermöglichen Sie soziale Kontakte zu Freund\*innen und Klassenkamerad\*innen, um einer sozialen Isolierung entgegenzuwirken; bitten Sie diese um Mithilfe.
- Sprechen Sie mit Personen Ihres Vertrauens. Machen Sie das Problem öffentlich. Versuchen Sie, Ihr Kind in der Vermeidung des Schulbesuchs nicht zu unterstützen.

### **Machen Sie das Zuhause bleiben unbequem.**

- Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind früh aufsteht.
- Wenn es nicht in die Schule gegangen ist, sollte es keinen Zugang zu Medien haben, nicht spielen, sondern sich mit schulischen Aufgaben beschäftigen.

### **Nehmen Sie Kontakt zur Schule auf, denn der Schule ist Ihr Kind wichtig!**

- Machen Sie das Problem öffentlich.
- Sprechen Sie das Problem an und finden Sie heraus, welche Erklärungen die Schule für die Schulvermeidung hat.
- Prüfen Sie je nach Problemlage, ob Leistungsanforderungen gesenkt oder Erfolgserlebnisse erhöht werden können.
- Können spannungsfreie Beziehungen zu Mitschüler\*innen hergestellt werden?
- Verabreden Sie einen engen Kontakt mit schnellem Informationsaustausch.

- Wenn Ihr Kind in der Schule nicht ankommt, bringen Sie es hin. Begleiten Sie es bis zum Klassenzimmer und trennen sich dann von ihm, selbst wenn es weinen oder sich sperren sollte.
- Muten Sie Ihrem Kind zu, dass es sich von Ihnen trennen kann.
- Vereinbaren Sie Mitschüler\*innen-Patenschaften, Abholdienste und nachfragende Telefonate.

**Unterstützung erhalten Sie durch:**

- Beratungslehrer\*innen
- Schulsozialarbeiter\*innen
- die Schulpsycholog\*innen und Erziehungsberater\*innen der Beratungsstelle für Schul- und Familienfragen des Kreises Minden-Lübbecke
- den Allgemeinen Sozialen Dienst der örtlichen Jugendämter
- den Kinder- und Jugendärztlichen Dienst des Gesundheitsamtes
- Ärzt\*innen
- Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut\*innen (Liste im Internet)
- die Kinder- und Jugendpsychiatrie Bad Salzuflen

Scheuen Sie sich nicht **Hilfe in Anspruch zu nehmen**, wenn Ihre Familie in Not ist.

Sollten Sie Rückfragen haben, so melden Sie sich bitte in der Beratungsstelle für Schul- und Familienfragen – am besten telefonisch unter 0571 / 807-12000 oder per E-Mail an: [Schul-undFamilienberatung@minden-luebbecke.de](mailto:Schul-undFamilienberatung@minden-luebbecke.de)