SEKTION
Schulpsychologie

Berufsverband Deutscher
Psychologinnen
und Psychologen

Praxis Schulpsychologie

AUSGABE 42 • APRIL 2025

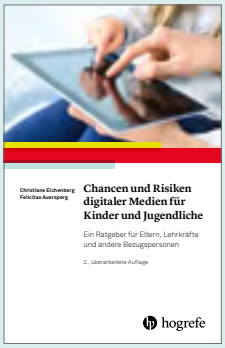
WWW.PRAXIS-SCHULPSYCHOLOGIE.DE

Hohe Begabung – hoher Druck?

Beziehungslernen in der Schule

Mentale Gesundheit in der Schule verankern

Unsere Buchtipps



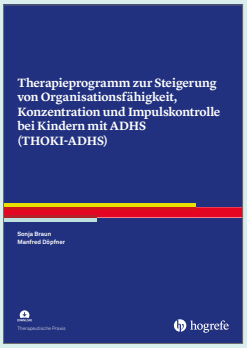
Christiane Eichenberg / Felicitas Auersperg

Chancen und Risiken digitaler Medien für Kinder und Jugendliche

Ein Ratgeber für Eltern, Lehrkräfte und andere Bezugspersonen

Digitale Medien haben in der Lebenswelt von Heranwachsenden eine hohe Bedeutung. Eltern und Lehrkräfte erhalten in der Neuauflage des Ratgebers zahlreiche Hinweise dazu, wie sie den sinnvollen Umgang mit neuen Medien konstruktiv fördern sowie Kinder und Jugendliche vor den Risiken digitaler Medien schützen können.

2., überarbeitete Auflage 2024, 190 Seiten, Kleinformat,
€ 19,95 (DE) / € 20,60 (AT) / CHF 27.90,
ISBN 978-3-8017-3209-7
Dieser Titel ist auch als eBook erhältlich.



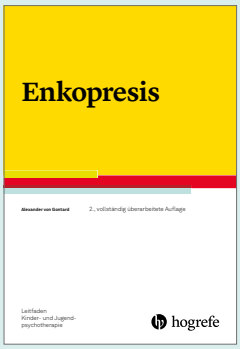
Sonja Braun / Manfred Döpfner

Therapieprogramm zur Steigerung von Organisationsfähigkeit, Konzentration und Impulskontrolle bei Kindern mit ADHS (THOKI-ADHS)

Reihe: Therapeutische Praxis

Kinder mit ADHS haben häufig Schwierigkeiten in den Bereichen Organisationsfähigkeit, Konzentration und Impulskontrolle. Mit THOKI-ADHS können gezielt Defizite in den organisatorischen Fähigkeiten behandelt werden. Das Manual beschreibt das therapeutische Vorgehen und enthält zahlreiche Materialien für die Arbeit mit den Kindern.

2024, 177 Seiten, Großformat, inkl. Online-Materialien,
€ 49,95 (DE) / € 51,40 (AT) / CHF 65.00,
ISBN 978-3-8017-2899-1
Dieser Titel ist auch als eBook erhältlich.



Alexander von Gontard

Enkopresis

Reihe: Leitfaden Kinder- und Jugendpsychotherapie – Band 15

Das Buch beschreibt Interventionen zur Steigerung der Änderungsmotivation. Es werden diagnostische Entscheidungshilfen sowie eine offene, therapeutische Haltung – insbesondere bezüglich der Gesprächsführung – diskutiert und konkrete Interventionen zur Entscheidungsfindung von Patientinnen und Patienten vorgestellt.

2., vollständig überarbeitete Auflage 2024, XI/175 Seiten,
€ 26,95 (DE) / € 27,80 (AT) / CHF 36.90,
im Reihenabo € 19,95 (DE) / € 20,60 (AT) / CHF 27.90,
ISBN 978-3-8017-3032-1
Dieser Titel ist auch als eBook erhältlich.

Klaus Sarimski

Intellektuelle Behinderung im Kindes- und Jugendalter

Psychologische Analysen und Interventionen

Der Band liefert einen umfassenden Überblick über die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen mit intellektueller Behinderung, die Förderung ihrer Kompetenzen und über Interventionen bei psychischen Auffälligkeiten. Aktuelle empirische Ergebnisse werden vorgestellt und Möglichkeiten der Unterstützung für die betroffenen Familien aufgezeigt.

2024, 536 Seiten, € 44,95 (DE) / € 46,30 (AT) / CHF 58.50,
ISBN 978-3-8017-3163-2
Dieser Titel ist auch als eBook erhältlich.

EDITORIAL

Liebe Leser*innen,

diese Ausgabe der „Praxis Schulpsychologie“ verdeutlicht einmal mehr die Spannbreite psychologischen Arbeitens in der Schule – zwischen individueller Diagnostik und systemischer Veränderung, zwischen der inneren Welt von Menschen und äußeren Anforderungen, zwischen Empirie und pädagogischer Praxis.

Im ersten Beitrag stehen die psychosozialen Herausforderungen des Erlebens von *Leistungsdruck hochbegabter Schüler*innen* im Zentrum. Anhand von Laylas Fall wird eindrucksvoll aufgezeigt, wie sich Begabung mit überhöhten Selbstansprüchen, perfektionistischen Tendenzen und attributionalen Verzerrungen verbinden kann. Die Integration klassischer Konzepte wie des Mindset-Modells oder der Attributionsforschung ist nicht nur theoretisch fundiert, sondern auch in der Beratungspraxis unmittelbar anschlussfähig.

Der Beitrag zum Beziehungslernen richtet den Fokus auf die pädagogische Beziehungskompetenz als Schutzfaktor gegen schulisches Belastungserleben – sowohl auf Seiten der Schüler*innen als auch der Lehrkräfte. Das vorgestellte Konzept und Training *intus*[3] *beziehungslernen* überführt zentrale Erkenntnisse der Entwicklungspsychologie, Systemtheorie und Emotionsforschung in ein praktisches, trainierbares Modell. Dass dabei mittlerweile auch digitale Formate zum Einsatz kommen, verweist auf eine notwendige Weiterentwicklung schulpsychologischer Methoden im Kontext digitaler Transformation.

Die Initiative *Kopfsachen e. V.* stellt ein Beispiel präventiver Arbeit vor, das die Förderung psychischer Gesundheit im Schulalltag adressiert – nicht defizitfokussiert, sondern ressourcenorientiert und evidenzbasiert. Der Ansatz, sowohl Schüler*innen als auch Lehrkräfte und schulische Systeme als Ganzes als Adressat*innen zu begreifen, entspricht einem modernen, systemischen Verständnis schulpsychologischer Gesundheitsförderung.

Mit dem *psychoedukativen Tischaufsteller* ein Instrument vorgestellt, das es ermöglicht, komplexe diagnostische Informationen zu Lernstörungen kindgerecht und zugleich wissenschaftlich präzise zu vermitteln. Die empirisch belegte Wirksamkeit dieser Methode unterstreicht das Potenzial klar strukturierter, visuell unterstützter Kommunikation in solchen Beratungssituationen. Wer je versucht hat, einer Familie den Unterschied zwischen LRS, Dyskalkulie und motivationaler Unlust zu erklären, erahnt: Ein visuelles Hilfsmittel kann kleine Wunder wirken. Alle Beiträge eint, dass sie auf unterschiedliche Weise den Anspruch schulpsychologischer Arbeit verdeutlichen: evidenzbasiert, beziehungsorientiert, multiperspektivisch.

Ihnen allen wünsche ich einen schönen Frühling und viel Freude beim Lesen.

Mit kollegialen Grüßen

Dipl.-Psych. Frank Aufhammer
Schulpsychologischer Dezernent in Osnabrück

INHALT

Editorial 3

SCHWERPUNKTTHEMEN

Hohe Begabung – hoher Druck? 4

Beziehungslernen in der Schule 8

AUS FORSCHUNG UND PRAXIS

Mentale Gesundheit in der Schule verankern 12

Psychoedukative Hilfestellungen bei Lernstörungen 15

INFORMATIONEN

Veranstaltungskalender 18

Buchvorstellung: Kinder und Jugendliche im Umgang mit Medien sicher begleiten 19

Impressum 19

SCHWERPUNKTTHEMA

Wenn aus hohem Leistungspotenzial hoher Leistungsdruck wird

Hohe Begabung – hoher Druck?

Notendruck und Leistungserwartung: Viele Schüler*innen berichten, dass sie sich in der Schule stark gestresst fühlen. Auch überdurchschnittlich Begabte sind davon nicht befreit, denn die Erwartungen von außen sowie ihre eigenen Ansprüche sind oft besonders hoch. Das erfordert einen gesunden Umgang.

> **Fallbeispiel Layla:** *Layla ist 16 Jahre alt und Schülerin der 10. Klasse eines Gymnasiums. Zuvor hat sie eine Gemeinschaftsschule besucht und wiederholt jetzt auf dem Gymnasium die 10. Klasse, um sich auf die Oberstufe vorzubereiten. In Zeiten von G8 ein üblicher Weg, um nach der Gemeinschaftsschule das Abitur zu machen. In der 9. Klasse wurde Layla nach der Empfehlung ihres Klassenlehrers auf Hochbegabung getestet. Der Test bestätigte, dass sie weit überdurchschnittlich intelligent ist. „Zu wissen, was für ein Potenzial in mir steckt, hat mir das Selbstvertrauen gegeben, es auf dem Gymnasium zu versuchen", sagt sie. Layla fühlt sich an der neuen Schule sehr gestresst. Das liegt einmal am vollen Stundenplan, aber auch am großen Leistungsdruck, den sie spürt. Sie berichtet, dass sie an der Gemeinschaftsschule immer die Klassenbeste gewesen sei und jetzt große Angst habe, zu versagen. Ihre Eltern, die aus der Türkei nach Deutschland kamen, als Layla noch ein Baby war, würden ihr keinen Druck machen; der komme von ihr selbst: „Eine 3 minus ist für mich ein Weltuntergang. Ich weiß ja, dass ich das eigentlich besser könnte."*

Leistungsdruck ist meist durch mehrere Faktoren bedingt. Manche liegen in der Schülerin oder dem Schüler (z. B. in ihrer Persönlichkeit, ihren biografischen und sozialisationsbedingten Merkmalen), andere in ihrer sozialen Umwelt wie dem familiären oder schulischen Kontext. Eine besondere Begabung kann zusätzliche Faktoren ins Spiel bringen, die Leistungsdruck auslösen oder verstärken.

Bild von Hochbegabung

Ein vorherrschendes Stereotyp über besonders begabte Schüler*innen ist, dass sie gute Noten ganz mühelos erreichen. Sie erbringen beste Leistungen, können Aufgaben leicht und schnell bewältigen, ohne sich dafür anstrengen zu müssen. Dieses Bild – Begabung gleich super Leistung – kann einen hohen Erwartungsdruck auslösen. Darüber hinaus kann bei besonders Begabten die Vorstellung bestehen, schulische Herausforderungen allein schaffen zu müssen und keine Hilfe in Anspruch nehmen zu dürfen (Gonida, 2019).

Schüler*innen unterscheiden sich in ihrer Sensibilität für Erwartungen von außen, die aufgrund des Etiketts **(Hoch-)Begabung** bestehen können. Sind sie dafür empfindsam, kann es sein, dass sie lieber tiefstapeln, um die Erwartungen herunterzusetzen, oder auch maskieren, wenn sie etwas nicht wissen oder können. Dies kann auch dazu führen, dass sie Vergleichssituationen meiden und sich optionalen Bewertungssituationen entziehen. Damit gehen aber auch Gelegenheiten verloren, in denen sie sich als erfolgreich und selbstwirksam erleben können.

> *Bei Layla scheinen die hohen Leistungsansprüche eher aus ihr selbst heraus zu bestehen. Die Diagnose Hochbegabung gibt ihr dabei sowohl das Vertrauen, dass sie das Zeug zum Abitur hat, übt aber auch einen gewissen Druck aus, die Herausforderungen meistern können zu müssen.*

Attribution und Mindset

Wie besonders Begabte selbst über Begabung und Intelligenz denken, kann zu mehr oder weniger Druck führen. Interessant sind an dieser Stelle das Attributionsmuster und das Mindset. Die Attributionstheorie (Weiner, 1986) beschreibt die Zuschreibung von Erfolg oder Misserfolg auf entweder interne Faktoren oder auf externe, die sich häufig auch außerhalb des eigenen Einflussbereichs befinden (z. B. viele Fehlstunden der Lehrkraft). Zusätzlich wird unterschieden, ob die Faktoren stabil oder veränderbar sind. Intern und stabil wäre z. B. die angeborene genetische Ausstattung, intern und veränderbar die investierte Vorbereitungszeit.

Beim **Fixed Mindset** (Dweck & Leggett, 1988) werden die eigenen Fähigkeiten oder Begabungen als unveränderbar eingeschätzt. Misserfolg wird nicht auf mangelnde Anstrengung, sondern auf geringe Fähigkeiten (also interne und stabile Attribuierung) zurückgeführt: „Ich habe es einmal probiert. Ich bin einfach nicht schlau genug." Das Gegenteil ist ein **Growth Mindset**. Dahinter steht die Überzeugung, dass Begabung keine feste Einheit ist, sondern es Raum für Entwicklung gibt. Diese Denkweise hilft, Misserfolge und Hindernisse als Chancen und nicht als Grenzen zu sehen.

> *Layla scheint nicht der Überzeugung zu sein, dass eine hohe Begabung heißt, dass man alle schulischen Herausforderungen mühelos meistert. Misserfolge scheint sie aber eher auf sich (intern) und weniger auf den Schulwechsel (extern) zurückzuführen. Die externen Faktoren stärker zu betrachten, könnte ihr helfen, etwas wohlwollender zu sich zu sein und ihre Selbstansprüche zu relativieren.*

Perfektionismus

Perfektionismus wird in der Gesellschaft oft als positiv bewertet. Dabei kann Perfektionismus auch ungesunde Ausmaße annehmen,

besonders wenn ihr Antreiber die große Angst vor Misserfolg ist (Thompson et al., 2000). Perfektionismus kann durch eigene und äußere Leistungsansprüche, aber auch durch das Selbstbild in Bezug auf die eigene Begabung verstärkt werden. Anstrengungsbedarf, Fehler und Misserfolge führen dann zu Selbstzweifeln. Lernen bedarf aber einer gewissen Frustrationstoleranz bei den Lernenden, da die Beschäftigung mit neuen Inhalten immer wieder vor Augen führt, was noch nicht gewusst oder gekonnt wird.

Perfektionismus kann dazu führen, dass sich Schüler*innen aus Angst vor dem Scheitern exzessiv auf Tests oder Referate vorbereiten. Dabei gehen sie oft über ihre Kräfte hinaus und vernachlässigen andere Dinge. Das führt meist zu entsprechend guten Leistungen, die aber oft im Angesicht des übermäßigen Investments eher abgetan werden.

Perfektionismus kann sich aber auch anders äußern, z. B. in Prokrastination (Rohrmann, 2019). Dabei wird auf den Stress, den beispielsweise eine anstehende Klausur auslöst, mit Vermeidung reagiert. Die Schüler*innen erleben dann eine massive emotionale Barriere, die es ihnen unmöglich macht, sich mit einer Aufgabe auseinanderzusetzen. Eine weitere Reaktion kann Self-Handicapping bzw. Selbstsabotage sein (Snyder et al., 2014). Dabei verschafft sich die Schülerin oder der Schüler ein Handicap, das ihr oder ihm bei einem potenziellen Misserfolg als Ausrede dient (z. B. Müdigkeit). Solche schädlichen Strategien erfolgen selten bewusst und sind von außen oft nicht leicht als Reaktionen auf hohen Leistungsdruck zu erkennen.

> *Bei Layla zeigen sich durchaus perfektionistische Tendenzen. Diese sind vor allem auf ihrer großen Sorge begründet, es nicht auf dem Gymnasium zu schaffen. Bei ihr äußern sich diese Tendenzen in einer enorm hohen Lernzeit. Wenn es Layla gelingen würde, diesen Perfektionismus zu hinterfragen, könnte dies den Raum für Veränderung öffnen.*

Umfeld und Herkunft

Der sogenannte **Big-fish-little-pond-Effekt** (auch Fischteich- oder Bezugsgruppeneffekt) beschreibt die Tendenz, die eigenen Leistungen in Abhängigkeit von den Leistungen der sozialen Bezugsgruppe zu bewerten (Marsh, 1987). So kann die gleiche Leistung je nach Kontext sehr unterschiedlich beurteilt werden. In einer eher durchschnittlichen Klasse ist es demnach leichter, mit überdurchschnittlichen Leistungen aufzufallen. Der Übergang in ein Umfeld mit vielen leistungsstarken Personen kann darum erstmal am Selbstwert kratzen und Druck erzeugen, sich wieder die vorherige Leistungsposition zu erkämpfen.

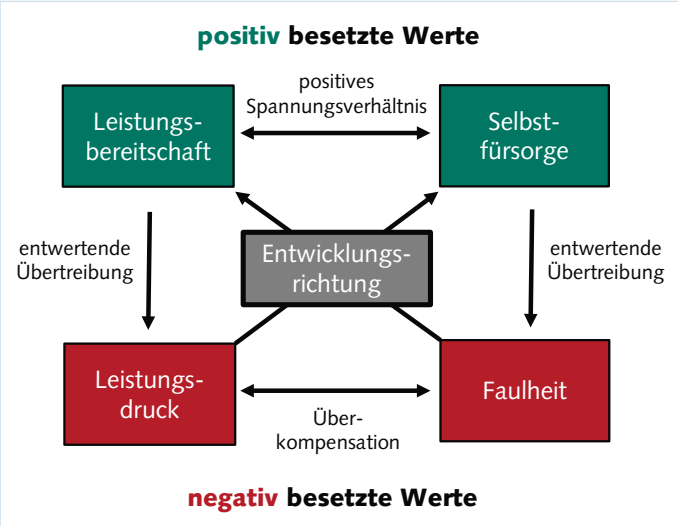
Besonders ausgeprägt kann dieser Druck bei Personen sein, die in der Gruppe der besonders Begabten eher unterrepräsentiert sind, wie Mädchen, Kinder mit Migrationsgeschichte oder aus sozioökonomisch schwächeren Familien. Sie können dadurch nicht nur an ihrer Leistung, sondern auch an ihrer Zugehörigkeit zu dieser Gruppe zweifeln. Angehörige stigmatisierter Gruppen können außerdem befürchten, aufgrund von herrschenden Stereotypen anders beurteilt oder behandelt zu werden oder durch eigenes Verhalten ein Stereotyp zu bestätigen und noch zu verstärken (**Stereotype Threat**; Steele, 1997). Diese Bedrohung kann zu einer objektiven Leistungsminderung führen.

> *Layla ist durch den Schulwechsel in einem neuen Umfeld (Teich) und muss sich damit zurechtfinden, nicht mehr die Klassenbeste zu sein. Ihre Aufgabe ist es, die eigene Entwicklung in den Vordergrund zu rücken und ihr Selbstwertgefühl nicht so sehr auf den Vergleich mit anderen zu stützen. Als Mädchen mit Migrationsgeschichte kann es sein, dass sie aufgrund des beschriebenen „Stereotype Threats" das Gefühl hat, sich beweisen zu müssen. Dass kein besonderer Leistungsanspruch seitens ihrer Familie besteht, kann auch als ein fehlendes Zutrauen empfunden werden, sodass Layla entgegen dieser Erwartung zeigen möchte, dass sie es auf dem Gymnasium (allein) schafft.*

Schulpsychologische Begleitung

> *Layla hat sich auf eigene Faust mit Hilfe der Vertrauenslehrerin an den Schulpsychologischen Dienst gewandt. Die Eltern waren selbst nicht in die Beratung eingebunden, hatten aber ihr Einverständnis gegeben, dass Beratungstermine mit der Schulpsychologin stattfinden dürfen. In einem Zeitraum von vier Monaten fanden drei Beratungstermine mit Layla statt, zunächst in der Schule, dann im nahe gelegenen Familienberatungszentrum.*
>
> *Layla zeigte sich als sehr reflektiertes Mädchen, das sich selbst schon viele Gedanken um seine Probleme gemacht hatte. Sie schilderte für Perfektionismus typische Denkmuster („Für mich gibt es nur schwarz oder weiß.") und Sorgen („Sobald ich ein bisschen locker lasse, geht alles den Bach runter."). Im Selbsteinschätzungsfragebogen FLM 7–13 (Petermann & Achtergarde, 2015) erreichte Layla im Vergleich mit Mädchen ihres Alters in den Bereichen Leistungsstreben und aktivierende Prüfungsangst jeweils einen T-Wert > 72.*
>
> *Um die druckauslösenden Gedanken und Attribuierungen zu überprüfen und zu verändern, arbeitete Layla mit dem Werte- und Entwicklungsquadrat nach Hartmann (1926), Helwig (1967) und Schulz von Thun (1989). Hier wird grafisch*

dargestellt, wie aus positiv besetzten Werten und Einstellungen (Tugenden) durch Übertreibung negativ besetzte Werte (des Guten zu viel) werden können. Daraus lässt sich in der Folge eine gewünschte Entwicklungsrichtung ableiten. Layla benannte die Tugenden, die für ihre Situation Bedeutung haben, mit „Leistungsbereitschaft" und „Selbstfürsorge", die Übertreibungen mit „Leistungsdruck" und „Faulheit".

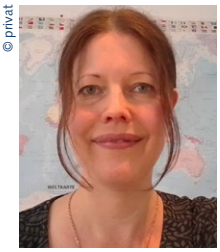


Laylas Werte- und Entwicklungsquadrat

Sie nahm sich klar im Leistungsdruck wahr – und beschrieb ihre Angst, dass sie schon beim kleinsten Nachlassen in der Faulheit landen könnte. Die gewünschte Entwicklungsrichtung war damit ebenso klar: vom Leistungsdruck hin zu mehr Selbstfürsorge. Die grafische Darstellung half Layla, zu erkennen, dass das Risiko für ein Abdriften in Faulheit bei ihr denkbar gering war. Durch diese neue Perspektive war Layla in der Lage, eine bessere Selbstfürsorge zu erreichen und vom übertriebenen Leistungsstreben etwas abzulassen.

FAZIT

Hoher Leistungsdruck ist oft von inneren und äußeren Erwartungen geprägt. Der Druck kann zu großer Angst vor Misserfolgen führen und in ungesundem Perfektionismus sichtbar werden. Eine Veränderung in Mindset und Attributionsmuster kann bei besonders Begabten dazu führen, dass Misserfolge nicht als Begrenzungen der eigenen Fähigkeiten verstanden werden, sondern als Chance für Weiterentwicklung. Gerade in einem starken Leistungsumfeld ist es entscheidend, den Fokus auf die persönliche Entwicklung und nicht auf den Vergleich mit anderen zu legen. Schulpsychologische Unterstützung kann hier einen wertvollen Beitrag leisten, indem sie Schüler*innen hilft, unrealistische Selbstansprüche zu hinterfragen und Strategien für den Umgang mit Leistungsdruck zu entwickeln.


© privat

Dipl.-Psych. Nina Sticher
Schulpsychologin,
Landkreis Merzig-Wadern

© Karg-Stiftung – Wedemeyer

Dr. Wiebke Evers (Psychologin, M.Sc.)
Projektleitung Karg-Stiftung,
Frankfurt am Main

Literatur

Dweck, C. S. & Leggett, E. L. (1988). A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*, 95, 256–273.

Gonida, E. N., Karabenick, S. A., Stamovlasis, D., Metallidou, P. & Greece, T. C. (2019). Help seeking as a self-regulated learning strategy and achievement goals: The case of academically talented adolescents. *High Ability Studies*, 30(1–2), 147–166.

Marsh, H. W. (1987). The big-fish-little-pond-effect on academic self-concept. *Journal of Educational Psychology*, 79, 280–295.

Petermann, F. & Achtergarde, S., (2025) unter Mitarbeit von A. Lohbeck (2007). *FLM 7–13. Fragebogen zur Leistungsmotivation für Schüler der 7. bis 13. Klasse.* 2., veränderte und erweiterte Auflage Pearson Assessments & Information GmbH, Frankfurt am Main.

Rohrmann, S. (2019). *Wenn große Leistungen zu großen Selbstzweifeln führen: das Hochstapler-Selbstkonzept und seine Auswirkungen.* Bern: Hogrefe.

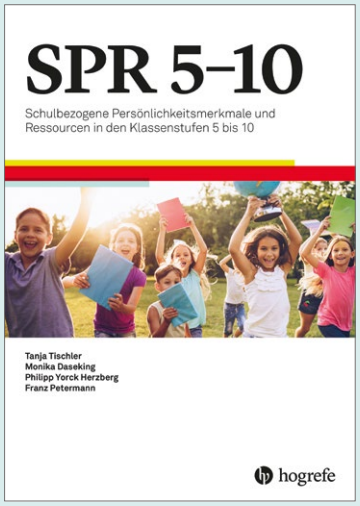
Schulz von Thun, F. (2010). Das Werte- und Entwicklungsquadrat. Ein Werkzeug für Kommunikationsanalyse und Persönlichkeitsentwicklung. *TPS. Leben, Lernen und Arbeiten in der Kita.* 9, 13–17.

Snyder, K. E., Malin, J. L., Dent, A. L. & Linnenbrink-Garcia, L. (2014). The message matters: The role of implicit beliefs about giftedness and failure experiences in academic self-handicapping. *Journal of Educational Psychology*, 106(1), 230.

Steele, C. M. (1997). A threat in the air: How stereotypes shape intellectual identity and performance. *American psychologist*, 52(6), 613.

Thompson, T., Foreman, P. & Martin, F. (2000). Impostor fears and perfectionistic concern over mistakes. *Personality and Individual differences*, 29(4), 629–647.

Weiner, B. (1986). *An attributional theory of motivation and emotion.* New York: Springer.



Test komplett bestehend aus: Manual, 10 Fragebogen, 10 Auswertungs- und Profilbogen, Schablonensatz und Mappe.
Best.-Nr. 03 248 01
EUR 149,00 / CHF 167.00
(zzgl. ges. USt.)

T. Tischler / M. Daseking / P. Y. Herzberg / F. Petermann

SPR 5–10

Schulbezogene Persönlichkeitsmerkmale und Ressourcen in den Klassenstufen 5 bis 10

SPR 5–10 ist ein Selbstbeurteilungsverfahren zur Erfassung von Persönlichkeitseigenschaften und schulbezogenen Ressourcen für Kinder und Jugendliche der Klassenstufen 5 bis 10. Der mehrdimensionale Fragebogen erfasst Persönlichkeitsmerkmale, schulbezogene Ressourcen und klinische Risikofaktoren. Das Verfahren kann bei pädagogischen und entwicklungsbezogenen Fragestellungen, in der klinischen Praxis sowie bei wissenschaftlichen Erhebungen angewendet werden. *SPR 5–10* wird in der Schulpsychologie, klinischen Kinder- und Jugendpsychologie sowie in der Forschung eingesetzt und eignet sich für die Einzel- und Gruppendiagnostik.

Folgende Merkmale werden erfasst

- **Persönlichkeitsskalen (29 Items)**
  Big-Five-Persönlichkeitsmerkmale (Neurotizismus, Extraversion, Gewissenhaftigkeit, Verträglichkeit, Offenheit für Erfahrung).
- **Ressourcenskalen (9 Items)**
  schützende und fördernde Kompetenzen (Kognitive Regulationsfähigkeit, Emotionale Regulationsfähigkeit).
- **Klinische Skala (8 Items)**
  Screening zur Abklärung vorhandener Risikofaktoren.
- **Soziale Erwünschtheit (3 Items)**
  Kontrollskala zur Überprüfung entsprechender Antworttendenzen.

Damit ergibt sich ein umfassendes Profil, welches im Sinne einer multimodalen Diagnostik z.B. ergänzend zu Leistungs- und Intelligenztests sowie Fremdbeurteilungsverfahren einen wichtigen Beitrag zu einer differenzierten Diagnostik leisten und zur individualisierten Planung von Interventionen genutzt werden kann.

hogrefe

SCHWERPUNKTTHEMA

Ein wichtiges, aber vernachlässigtes Thema

Beziehungslernen in der Schule

Die Medien sind voll mit Berichten über Konflikte und Gewaltvorfälle in Schulen. Und auch das deutsche Schulbarometer stellte 2024 fest, dass jede zweite Lehrkraft Gewaltvorfälle an der eigenen Schule beobachtet. Die größten Herausforderungen und Belastungen für Lehrkräfte sind mit 35 Prozent das Verhalten der Schüler*innen (Robert Bosch Stiftung, 2024). Viele Lehrkräfte und Schulleitungen fühlen sich erschöpft. Stressfaktoren sind Machtkämpfe und Bestrafungen, Schutzfaktoren vertrauensvolle Beziehungen zu Schüler*innen und den Kolleg*innen.

Lehrer*innen studieren Fächer und lernen, ihr Wissen didaktisch gut umzusetzen. Doch sie unterrichten in der Schule Kinder und Jugendliche. Der Bildungsforscher Michael Schratz bietet zum Verständnis des dynamischen Unterrichtsgeschehens das Begriffspaar „lehrseits" und „lernseits" an. Darunter versteht er die sich ständig verändernde Beziehung zwischen dem, was Lehrende vermitteln, und dem, was Lernende erfahren – und umgekehrt, was Lehrpersonen von ihren Schüler*innen lernen können. Eine lernseitige Orientierung erfordert mehr als Methodenwissen – es ist eine Haltung von Achtsamkeit, Respekt und Empathie. Es ist an der Zeit, dass wir ein Lehr-Lern-Verständnis fördern, das sich auf gegenseitigen Respekt und Achtsamkeit gründet.

Beziehungskompetenz ist entscheidend

Das heißt, die Beziehungs- und Sozialkompetenz von Lehrkräften ist ein entscheidender Faktor dafür, ob sie im positiven Kontakt mit ihren Schüler*innen zusammenarbeiten, sie motivieren, die Klasse oder eine Lerngruppe führen, Regeln und Grenzen durchsetzen und vor allem als positive Autorität Konflikte deeskalieren können (Omer/Haller, 2020; Körner/Lemme u. a., 2019). Unterrichten ist vor allem Beziehungsarbeit. Doch gerade diese Beziehungskompetenzen lernen Lehrer*innen im Studium und Referendariat kaum oder zu wenig.

Im Konzept der „Neuen Autorität" liegt der Fokus auf den Haltungen und Handlungen der Erwachsenen anstatt auf formalen Rollen oder der Machtausübung gegenüber den Schüler*innen. Haim Omer betont in diesem Zusammenhang: „Das wohl größte Geheimnis der Neuen Autorität ist es, dass Erwachsene sich unabhängig machen vom Verhalten der Kinder."

Doch das ist nicht so einfach. Ein Beispiel: Ein Lehrer hat sich gut auf die Stunde vorbereitet. Er begrüßt freundlich die Schüler*innen und beginnt den Unterricht, doch einige Schüler*innen quatschen, sind desinteressiert, reagieren provozierend auf Ermahnungen. Wie soll er das nicht auf sich beziehen? Wie soll er gelassen bleiben und sich nicht darüber ärgern?

Es gibt verschiedene Muster, um auf Unterrichtsstörungen, Provokationen und Aggressionen zu reagieren:

- Ich bin gekränkt, ärgere mich, Wut steigt in mir auf, ich möchte die Schüler*innen konfrontieren und ihnen Grenzen setzen. Ich will meine Ohnmacht überwinden und mich durchsetzen.
- Ich bin gekränkt, spüre Unsicherheit und Hilflosigkeit, vielleicht sogar Ängste. Am liebsten würde ich die Klasse abgeben. Mit diesen Schüler*innen hat es sowieso keinen Sinn. Ich resigniere und werde zynisch.

Diese Konflikte und Reaktionsmuster kennen alle, die schon einmal unterrichtet haben. Doch ist das ein professionelles Verhalten von Lehrer*innen? Die Theorie der „Neuen Autorität" fordert von Lehrkräften, ihr Verhalten zu reflektieren und zu steuern, anstatt unreflektiert auf das Verhalten von Schüler*innen zu reagieren. Es wird als Aufgabe der Lehrkräfte gesehen, Kindern und Jugendlichen durch ihre persönliche Präsenz Halt und Orientierung zu geben. Doch was ist Präsenz?

> Präsenz ist die empathische Verbindung in einer offenen, nicht bewertenden, achtsamen und resonanten Haltung.

Akzeptanz, Intuition, Empathie und Potenzialblick

Mit „intus³ beziehungslernen" haben Helga Breuninger und Wilfried Schley als klinische Psycholog*innen ein Trainingsprogramm für diese resonante Haltung entwickelt (Schley/Schratz, 2023). Dabei wirken vier Grundhaltungen zusammen, die sich einzeln üben lassen:

© Helga Breuninger Stiftung

Die vier Grundhaltungen

Wer akzeptiert, was ist, öffnet sich für den Kontakt, versteht intuitiv die Situation, erspürt empathisch Bedürfnisse, erkennt Potenziale und nutzt sie für Lösungen.

Akzeptanz
Je schwieriger die Situation oder das Verhalten eines Schülers, einer Schülerin für die Lehrkraft ist, umso wichtiger ist die Akzeptanz: Das bedeutet, akzeptieren was ist und akzeptieren, dass er/sie sich zurzeit nicht anders verhalten kann.

Intuition
Wie oft müssen Lehrer*innen an einem Schultag spontan und intuitiv handeln, ohne lange Zeit zum Überlegen zu haben? Deshalb ist es so wichtig, Situationen und das Verhalten von Schüler*innen wahrzunehmen und zu verstehen, d. h. nicht, sofort zu bewerten. Mit der Akzeptanz kann es dann gelingen, wertschätzend und lösungsorientiert zu handeln.

Empathie
Wie findet man heraus, was Schüler*innen interessiert? Was sie brauchen? Von allen Bedürfnissen ist dies das grundlegendste, denn Unsicherheit irritiert und macht Angst, was den Lernprozess behindert. Die Lehrkraft braucht aber auch Empathie für sich selbst: Was kann ich leisten? Was brauche ich?

Potenzialblick
Schulen sind häufig geprägt durch einen Defizitblick. Wo sind Schwächen, Fehler und Fehlverhalten? Doch viel wichtiger ist der Blick auf die Stärken und Ressourcen von Schüler*innen. Wo zeigen sie sich? Wie, wann und in welchem Kontext gelingt erwünschtes Verhalten? Was kann als Leistung gesehen und gewürdigt werden?

Wie funktioniert intus³?

© Helga Breuninger Stiftung

Trainingsraum Beziehungslernen

© Konstantin Yuganov – stock.adobe.com

Das Handbuch der Schulberatung: Ihr hilfreiches Online-Portal für Schulpsycholog*innen und Beratungslehrkräfte

Schulberatung in Bayern leicht gemacht! – Kostenlos testen

Ihre Vorteile:

- ✓ **14 Tage gratis Vollzugriff auf das Handbuch der Schulberatung**
  Mit wissenschaftlichen und praxisnahen Fachartikeln zur Schullaufbahnberatung, Schulpsychologie- und pädagogik sowie Rezensionen von diagnostischen Testverfahren
- ✓ **Attraktive Prämie**
  Wir schenken Ihnen eine Willkommens-Prämie bei Übergang ins Vollabonnement

Jetzt klicken und kostenfreien Testzugang anfordern

www.bayern-schulberatung.de/testzugang

09221/949-204 kundenservice@mgo-fachverlage.de www.bayern-schulberatung.de

Handbuch der Schulberatung

Linktipps

Helga Breuninger Stiftung: intus³ beziehungslernen.
www.intushochdrei.de

Die Helga Breuninger Stiftung hat den Grundkurs Beziehungslernen als Selbstlerntraining der Haltung kostenfrei auf HPI open gestellt:
open.hpi.de/courses/beziehungslernen2024

Staged Videos machen die resonante Haltung und professionelles Lehrkräfteverhalten sichtbar und trainierbar. Sechs Onlinekurse mit kurzen Videosequenzen stehen als Selbstlerntraining zur Verfügung. Dozent*innen und Trainer*innen können auf 66 Staged Videos zurückgreifen, die in einer Gemeinschaftsschule (Klasse 6), einem Gymnasium (Klasse 8) und einer Berufsschule gedreht wurden. Daraus kann eine individualisierte, für die jeweiligen Lerngruppen passende Videosammlung zusammengestellt werden.

Seit 2024 unterstützen zudem sechs KI-Bots als 1:1 Trainer*in, Berater*in und Coach die Umsetzung der Haltung mit den Kompetenzen in den Schulalltag. Sie stehen immer (24/7) bereit, bleiben immer wertschätzend und liefern Handlungsanweisungen und Lösungsvorschläge. Weitere KI-Bots sind in der Entwicklung:

© Helga Breuninger Stiftung

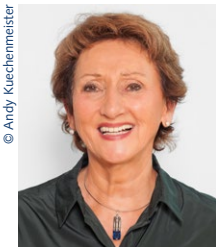
intus³ KI-Coach

Mit dem Trainingsprogramm „Präsent und empathisch im Konflikt handeln" wurde „intus³ Beziehungslernen" um professionelles Lehrkräfteverhalten zur Gewaltprävention und zur Deeskalation von Konflikten ergänzt. Dazu wird regelmäßig ein Train-the-Trainer-Kurs angeboten. Basis des Trainingsmaterials sind Fallbeispiele aus Ulrike Beckers Buch „Auffälliges Verhalten in der Schule (Becker, 2013), die als Staged Videos mit einem Berliner Gymnasium gedreht wurden. Sie machen pädagogische Interventionen, sogenannte „Cuts" sichtbar, die Ulrike Becker als Lehrerin und Schulleiterin einer Brennpunktschule selbst entwickelt und erprobt hat. Die „Cuts" unterbrechen das Übertragungsgeschehen, das sich in Konfliktsituationen schnell zwischen Lehrkräften und Schüler*innen entwickelt. Sie verschaffen der Lehrkraft Zeit, Selbstregulation zu üben, den Konflikt zu deeskalieren und die Beziehung zu halten. Die vier Grundhaltungen des Beziehungslernens sind hierbei Grundlage und von großer Wichtigkeit (Seifried, 2024).

FAZIT

Wenn es gelingt, das Klassen- und Schulklima durch positive, wertschätzende Beziehungen zwischen den Lehrkräften, pädagogischen Fachkräften und den Schüler*innen zu verbessern, dann ist das die beste Prävention gegen Gewaltvorfälle und gegen die Überlastung und Erschöpfung im Schulalltag. Wenn Schüler*innen sich in der Schule wohlfühlen, wenn sie in ihren Stärken gesehen und gefördert werden, werden Konflikte und Gewaltvorfälle weniger und die Leistungsbereitschaft steigt. intus³ kann hierbei Schulpsycholog*innen in der Beratung und Fortbildung von Lehrkräften unterstützen. Gerade die Arbeit an und mit den Videofilmen gibt konkrete, handlungsanleitende Impulse für die pädagogische Kommunikation im Schulalltag.

© Andy Kuechenmeister



Dr. Helga Breuninger, Klinische Psychologin, Lerntherapeutin, Coach
breuninger@helga-breuninger-stiftung.de

© privat

Klaus Seifried, Lehrer, Diplom-Psychologe, Psycholog. Psychotherapeut, Schulpsychologiedirektor i. R.,
www.klausseifried.de

Literatur

Becker, U. (2013). *Auffälliges Verhalten in der Schule. Pädagogisches Verstehen und Handeln.* Leverkusen: Verlag Barbara Budrich.

Körner, B./Lemme, M. u. a. (Hrsg.) (2019). *Neue Autorität – das Handbuch. Konzeptionelle Grundlagen, aktuelle Arbeitsfelder und neue Anwendungsgebiete.* Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Omer, H./Haller, R. (²2020). *Raus aus der Ohnmacht: Das Konzept Neue Autorität für die Schulpraxis.* Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Robert Bosch Stiftung (2024). *Deutsches Schulbarometer: Befragung Lehrkräfte. Ergebnisse zur aktuellen Lage an allgemein- und berufsbildenden Schulen. www.bosch-stiftung.de/de/publikation/deutsches-schulbarometer-befragung-lehrkraefte-2024*

Schley, W./Schratz, M. (2023). *Führen mit Präsenz und Empathie, Werkzeuge zur schöpferischen Neugestaltung von Schule und Unterricht.* Weinheim: Belz-Verlag.

Seifried, S (2024). *Gewaltprävention und Konfliktdeeskalation in Schulen. www.youtube.com/watch?v=gf4CPeCOFZY*

Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen

SEKTION Schulpsychologie

Mitmachen in der Sektion Schulpsychologie im BDP

Wir leben in einer Zeit, in der das Wohlergehen von Kindern und Jugendlichen aus vielerlei Gründen eine der großen gesellschaftlichen Fragen ist. Die Schulpsychologie in Deutschland spielt mit ihrer Expertise eine Schlüsselrolle bei der Gestaltung einer hoffnungsvollen Zukunft für die nächsten Generationen.

Eine Welt des Verständnisses und der Unterstützung

Schulpsycholog*innen sind die psychologischen Expert*innen in unseren Schulen. Sie bieten nicht nur Unterstützung in schwierigen Zeiten, sondern helfen Schüler*innen auch, ihr volles Potenzial zu entfalten. Ob es um die Bewältigung von Prüfungsängsten, die Stärkung des Selbstbewusstseins oder die Lösung zwischenmenschlicher Konflikte geht – Schulpsycholog*innen sind da, um zu helfen und ihr psychologisches Wissen für die Schulen zu nutzen.

Starke Partner für Lehrkräfte und Eltern

Unsere Arbeit geht weit über die Arbeit mit Schüler*innen hinaus. Wir sind Berater*innen und Wegbegleiter*innen für Lehrkräfte, Schulleitungen, Eltern und Erziehungsberechtigte und bieten z. B. Schulungen und Workshops an und tragen so zur psychischen Gesundheit im Schulumfeld bei.

Ein Netzwerk des Wachstums und der Chancen – mitmachen lohnt sich

Als Mitglied in der Sektion Schulpsychologie eröffnen sich Ihnen zahlreiche Möglichkeiten zur beruflichen Weiterentwicklung. Nutzen Sie unser umfassendes Netzwerk für den interkollegialen Austausch, Fortbildungen, juristische Beratung und lebenslanges Lernen.

Wir unterstützen alle Schulpsycholog*innen in ihrer Berufsausübung und bei der Weiterentwicklung ihrer professionellen Identität. Dies erreichen wir unter anderem durch Orientierung beim Aufbau der beruflichen Existenz sowie durch die kontinuierliche Bereitstellung aktueller Informationen aus Wissenschaft und Praxis für den Berufsalltag. Der Bundeskongress Schulpsychologie wird 2027 zum 26. Mal stattfinden – aller Voraussicht nach in Baden-Württemberg. Er bietet alle zwei Jahre Schulpsycholog*innen ein bundesweites Forum.

Wir setzen uns ein für:

- Psychische Gesundheit in der Schule – beim Lehren und Lernen
- Eine flächendeckende und bundesweit einheitliche schulpsychologische Versorgung nach internationalen Standards
- Ein gemeinsames Berufsprofil
- Standards in der Fort- und Weiterbildung

Seien Sie die Veränderung, die Sie im System Schule sehen möchten!

Erfahren Sie auf unserer Website mehr über die Möglichkeiten, die Ihnen die Sektion Schulpsychologie bietet. Ihre Expertise und Ihr Engagement können das Leben vieler Akteur*innen in Schule positiv und nachhaltig beeinflussen.

Wir freuen uns auf Sie in der Sektion Schulpsychologie!

Andrea Spies

Klaus Seifried

Nina Großmann

www.bdp-verband.de/sektionen/schulpsychologie

Workshops von Kopfsachen e. V. für Schulklassen und Lehrkräfte

Mentale Gesundheit in der Schule verankern

Mentale Gesundheit betrifft uns alle – insbesondere junge Menschen stehen unter enormem Druck. Jedes Jahr aufs Neue zeigt sich der große Bedarf an Unterstützungsangeboten für die mentale Gesundheit von Jugendlichen. Doch wie kann das in der Praxis aussehen? Der Beitrag möchte einen Einblick in die präventive Arbeit von Kopfsachen e. V. geben.

*8 Uhr, Unterrichtsbeginn an einer Hamburger Stadtteilschule. Toni, Rafael und weitere Schüler*innen der 10b kommen in ihren Klassenraum – doch statt der normalen Sitzordnung ist ein Stuhlkreis aufgebaut und sie werden von zwei jungen Workshopleitungen begrüßt. Was genau sie heute erwartet, weiß die Klasse noch nicht. „Ich glaube, irgendwas mit mentaler Gesundheit", sagt Toni.*

Jugend unter Druck

Um die psychische Gesundheit der jungen Generation steht es nicht gut: Jedes fünfte Kind zeigt Symptome einer psychischen Erkrankung (Bundespsychotherapeutenkammer, 2020). Gleichzeitig fühlen sich 76 Prozent der Jugendlichen nicht gut darin unterstützt, sich um ihre mentale Gesundheit zu kümmern und sich professionelle Hilfe zu suchen (Kopfsachen, 2023). Die Stigmatisierung psychischer Erkrankungen erschwert dies zusätzlich. Mentale Gesundheit ist außerdem eine Frage der Chancengleichheit und Bildungsgerechtigkeit: Psychische Erkrankungen erhöhen das Risiko für Klassenwiederholungen, Schulabsentismus und -abbruch (Schulte-Körne, 2016). Zudem sind Kinder, die in Armut aufwachsen, deutlich häufiger in ihrer psychischen Gesundheit beeinträchtigt (Krause et al., 2018).

Präventive Workshops in der Schule

Kopfsachen e. V. hat es sich zur Aufgabe gemacht, die mentale Gesundheitskompetenz junger Menschen zu verbessern. „Unsere Vision ist eine Gesellschaft, in der alle Menschen zu einem offenen und kompetenten Umgang mit mentaler Gesundheit befähigt sind", so Mitgründerin Leonie Müller. Um dieser Vision näherzukommen, bieten wir Workshops und andere Bildungsformate für Jugendliche und deren Stützsystem (Lehrkräfte, Schulsozialarbeit, Eltern) in Schulen an.

*Der Workshop in der 10b ist in vollem Gange. Gerade wird das Fass-Modell besprochen und die Schüler*innen sammeln, welche Belastungen ihr „Fass" füllen. Rafael berichtet: „Ich habe manchmal richtig Panik, dass ich nicht genug gelernt habe, und dann kann ich mich gar nicht mehr konzentrieren." Toni ergänzt: „Die ganzen Krisen auf der Welt beschäftigen mich voll."*

© Kopfsachen e. V.

Prävention mit Köpfchen: das Team von Kopfsachen e. V.

In unserem sechsstündigen Workshop „Mentale Gesundheit und Selbstfürsorge" vermitteln wir Schulklassen, die in zwei Gruppen aufgeteilt werden, die Grundlagen mentaler Gesundheitskompetenz. In vertrauensvoller Atmosphäre werden folgende Fragen adressiert: Warum ist es wichtig, für die eigene mentale Gesundheit zu sorgen? Welche Methoden kann ich nutzen, um gut auf mich zu achten? Und wo gibt es professionelle Unterstützung, wenn ich sie brauche? Andere Workshops fokussieren Themen wie Konfliktmanagement und Selbstwert.

Um den Jugendlichen in ihrer Erfahrungswelt zu begegnen, arbeiten wir auch mit prominenten Vorbildern. „Es macht dich nicht schwach, um Hilfe zu bitten", sagt Sängerin Billie Eilish, während Rapper Haftbefehl über seine Depressionen berichtet. Mindestens genauso wichtig ist der persönliche Kontakt mit den Workshopleitungen: fortgeschrittene Psychologiestudierende oder Psychotherapeut*innen in Ausbildung, die selbst noch nah an der Lebenswelt der Jugendlichen sind.

Wir legen besonderen Wert auf eine wissenschaftliche Fundierung und Evaluation der Workshops. Unsere erste Wirksamkeitsstudie (Müller, 2022) zeigte, dass 72,5 Prozent der Teilnehmenden ihre Fähigkeit zur Emotionsregulation signifikant verbesserten – ein Effekt, der über zehn Wochen stabil blieb und eine wichtige Grundlage für den Umgang mit mentaler Gesundheit bildet. Unsere aktuelle Wirksamkeitsstudie wird in Kooperation mit der Universität Marburg durchgeführt. Darin nehmen 500 Schüler*innen an unserem Workshop teil und werden an drei Messzeitpunkten über sechs Monate mit einer Kontrollgruppe verglichen.

Veränderung im System Schule

In unserer Arbeit mit Jugendlichen sehen wir, dass die Schule oft eine große Belastung sein kann. Gleichzeitig hat sie viel Potenzial, ein unterstützender Ort zu sein. Dieses Potenzial wollen wir nutzen, damit Jugendliche in einer Umgebung aufwachsen, die sie stärkt und in der sie sich frei entfalten können. Deshalb ist es uns wichtig, auch das Stützsystem der Jugendlichen zu adressieren: mit Workshops für Lehrkräfte und dem „Mental Health Ambassadors"-Programm.

> *15 Uhr. Der Workshop der 10b ist vorbei, nun sind die Lehrkräfte dran. Sie lernen gerade die Methode „Dankbarkeitstagebuch" kennen. Frau Schulze kommentiert: „Das könnte meiner Klasse gut tun – die sind oft total aufs Negative fokussiert!"*

Die überwiegende Mehrheit der Lehrkräfte, mit denen wir arbeiten, sehen Tag für Tag die Belastung der Jugendlichen. Sie haben jedoch durch zeitliche und fachliche Limitationen nicht das Gefühl, ihr angemessen begegnen zu können. Zudem erkennen Schulleitungen, dass mittlerweile der größte Fortbildungsbedarf für ihr Kollegium im Umgang mit psychosozial belasteten Schüler*innen besteht (Robert Bosch Stiftung, 2023).

In unseren dreistündigen Workshops für Lehrkräfte vermitteln wir grundlegende psychologische Konzepte und identifizieren gemeinsam Maßnahmen, mit denen die Situation der Schüler*innen verbessert werden kann. Die Lehrkräfte lernen, die ihnen zur Verfügung stehenden Handlungsspielräume zu nutzen und profitieren am Ende im besten Fall selbst davon. Denn eine Atemübung zu Beginn der Stunde beruhigt nicht nur die agitierte Klasse, sondern auch die Lehrkraft. Für den Krisenfall werden die Lehrkräfte mit dem nötigen Know-how zu Warnsignalen und Handlungsplänen ausgestattet. Außerdem erhält die Schule nach dem Workshop die „Kopfkarten": Ein Kartenset mit 26 kurzen und einfachen Übungen rund um Themen wie Stressreduktion, Ressourcenstärkung, Gruppengemeinschaft und Selbstfürsorge, die direkt im Klassenraum angewandt werden können.

Um die Situation an Schulen nachhaltig zu verbessern und schulübergreifenden Austausch zu ermöglichen, haben wir das Programm „Mental Health Ambassadors" entwickelt, das 2023 in Köln pilotiert wurde und 2025 in Hamburg startet: Hier werden Fachkräfte von mehreren Schulen gemeinsam zu Botschafter*innen für mentale Gesundheit ausgebildet. Sie durchlaufen drei Fortbildungstage und setzen dann eigene Präventionsmaßnahmen an ihrer Schule um. Moderierte Peer-to-Peer Beratungen begleiten die Ambassadors über den Verlauf eines Jahres in der Umsetzung dieser Maßnahmen an der Schule.

Download Tipp
Mehr Einblicke in die Arbeit von Kopfsachen e. V. gibt es im aktuellen Jahresbericht:
www.tinyurl.com/4482rc8d

FAZIT

Kopfsachen e. V. leistet mit seinen präventiven Workshops einen wertvollen Beitrag zur Förderung der mentalen Gesundheit von Jugendlichen. Doch für eine nachhaltig gesunde Zukunft braucht es mehr als einzelne Maßnahmen – es erfordert eine systemische Veränderung. Diese kann nur gelingen, wenn verschiedene Akteure gemeinsam daran arbeiten, Schulen zu einem Ort zu machen, der Resilienz stärkt und psychische Gesundheit langfristig fördert. Denn genau das haben junge Menschen verdient.

© privat

Psychologin Leonie Asche
Psychologin i. A. Nina Hoffmann
Standortleitung Kopfsachen Hamburg

Literatur:

Bundespsychotherapeutenkammer (2020, 2. Oktober). *Fast 20 Prozent erkranken an einer psychischen Störung.* www.tinyurl.com/2db7py82

Kopfsachen (2023). *Bedarfsanalyse zur mentalen Gesundheitsförderung im Kontext Schule* (nicht repräsentativ).

Krause, L., Mauz, E., Houben, R., Lange, M. & Gößwald, A. (2018). *KiGGS Welle 2 (2014–2017) – Die zweite Folgeerhebung der „Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland".* Robert Koch-Institut.

Müller, L. (2022). *Konzeption und Evaluation des Workshops „Mentale Gesundheit und Selbstfürsorge" zur Förderung der emotionalen Selbstwirksamkeitserwartung bei Jugendlichen* [Unveröffentlichte Masterarbeit]. Humboldt-Universität zu Berlin.

Robert Bosch Stiftung (2023). *Das Deutsche Schulbarometer: Aktuelle Herausforderungen aus Sicht von Schulleitungen. Ergebnisse einer Befragung von Schulleitungen allgemein- und berufsbildender Schulen.* Stuttgart: Robert Bosch Stiftung.

Schulte-Körne, G. (2016). Psychische Störungen bei Kindern und Jugendlichen im schulischen Umfeld. *Deutsches Ärzteblatt, 113*(11), 183–190.

THERAPIE 4 KIDS

Bunte Geschichten für ein starkes Leben

Entdecken Sie die neue Kinderfachbuch-Reihe Therapie4Kids für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut:innen. Psychische Störungen werden durch farbig illustrierte, kreative Geschichten kinderleicht erfahrbar. Eine große Auswahl an Materialien bietet konkrete Unterstützung für die vertiefte therapeutische Arbeit. Mit ihrer dreiteiligen Struktur aus Bilderbuchgeschichte, Erklär- und Mitmachseiten und Fachteil eignen sich die Kinderfachbücher perfekt für den Einsatz in der Praxis.

NEU

€ 39,– | ISBN 978-3-621-29184-2

Unterwegs zu einem tigerstarken Selbstwert!

Tiger Taio ist da – doch er ist mies drauf. Eines nachts reicht es ihm und er beschließt, auszubrechen. Doch statt aus dem Tierpark bricht er aus seiner grauen Gedankenwelt aus, findet Vertrauen in sich und andere und kommt seinem eigenen Selbstwert auf eine immer buntere Spur.

€ 39,– | ISBN 978-3-621-29138-5

Kinderleicht zu mehr Emotionsregulation

Der liebenswerte Waldelf Loki erlebt auf der Suche nach seinem verlorenen Zauberstab ein wahres Gefühlschaos und gibt dabei kindgerecht seine »Elfentipps« weiter – leicht anwendbare Strategien, um die eigene Gefühlswelt zu verstehen und starke Gefühle zu regulieren.

€ 39,– | ISBN 978-3-621-29146-0

Schematherapie mit Spaß und Leichtigkeit

Waru Wombat erlebt ein Abenteuer voller Spannung, Spaß – und Frust. Kindgerecht wird vermittelt, was alles in dem kleinen, starken Wombat steckt, und schnell ist man mittendrin im Wombat-Abenteuer. Dabei geht es nicht nur darum, Waru kennenzulernen, sondern vor allem sich selbst!

Jetzt bestellen auf **www.beltz.de**

BELTZ

Wie ein Tischaufsteller unterstützen kann

Psychoedukative Hilfestellungen bei Lernstörungen

Schulische Lernstörungen im Lesen, Rechtschreiben und Rechnen erfordern vielfach außerschulische Unterstützungsmaßnahmen für die betroffenen Kinder wie z. B. Lerntherapie. Der Erfolg solcher Maßnahmen wird begünstigt, wenn neben den Fachkräften auch die beteiligten Kinder und Eltern mit grundlegenden Aspekten der Störungsbilder vertraut sind. Entsprechendes Wissen kann mit Hilfe von Psychoedukation vermittelt werden.

Bei der Behandlung von psychischen Störungen ist es gängige Praxis geworden, die therapeutischen Maßnahmen im engeren Sinn mit psychoedukativen Komponenten zu kombinieren. Ein wesentliches Ziel von Psychoedukation besteht darin, Betroffenen und deren Angehörigen störungsspezifisches Wissen über Pathogenese, Symptomatik, Verlauf und Behandlungsmöglichkeiten adressatengerecht zu vermitteln. Dieses Wissen soll dazu beitragen, emotional zu entlasten, Fehlinformationen und Missverständnisse zu korrigieren, die Akzeptanz von Behandlungsmaßnahmen zu erhöhen und die Motivation zur Mitarbeit zu steigern.

Psychoedukatives Informationsmaterial

Im Kontext von Lernschwierigkeiten wurde von Griepenburg, Schuchardt und Mähler (2024) illustriertes Informationsmaterial entwickelt, das zu psychoedukativen Zwecken eingesetzt werden kann. Das kindgerechte Material besteht aus einem Tischaufsteller *„Legasthenie und Dyskalkulie. Erste Informationen zu Lernstörungen für Kinder und Eltern“* und einem dazugehörigen Online-Manual. Der Tischaufsteller hat das Format 23 × 17 cm und ist im Buchhandel erhältlich. Das Online-Manual ist im Internet verfügbar und kann über ein Passwort abgerufen werden, das mit dem Tischaufsteller mitgeliefert wird.

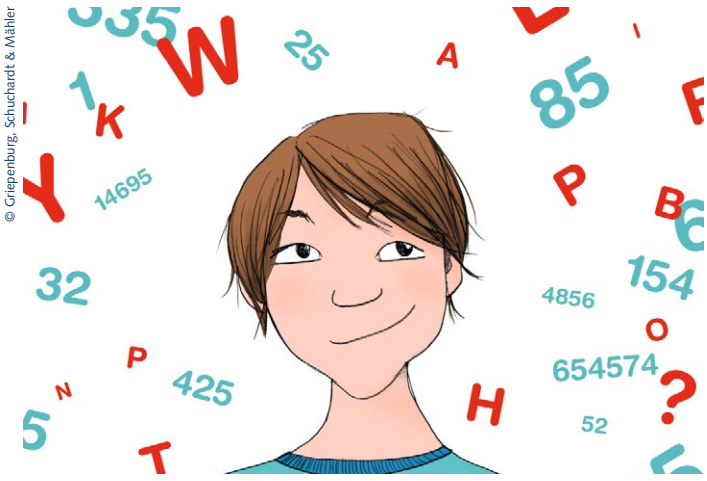


Abb. 1: Tischaufsteller für psychoedukative Beratungsgespräche bei schulischen Lernstörungen

Zielgruppe des Informationsmaterials sind Kinder und Jugendliche mit Lernstörungen zwischen sechs und 14 Jahren und deren Eltern. Zum Einsatz kommt das Material in Beratungsgesprächen, im Idealfall dann, wenn die Ergebnisse einer testpsychologischen Diagnostik mitgeteilt werden. Die allgemeinen Informationen zu den Lernstörungen können in diesem Fall mit den individuellen Testergebnissen verknüpft werden, sodass die Lernschwierigkeiten des Kindes von ihm selbst und seinen Eltern unmittelbar in einen größeren Zusammenhang eingeordnet und dadurch besser verstanden werden können. Zusätzliche aktivierende Fragen (*Wie ist das bei Dir? Was meinst Du? Was kannst Du denn gut, was machst Du gern*?) geben dem Kind Gelegenheit, sich selbst mit seinen Sichtweisen, Selbsteinschätzungen und Selbstbewertungen in das Beratungsgespräch einzubringen. Dies entspricht der generellen Zielsetzung von Psychoedukation, die von einem Störungsbild Betroffene und deren Angehörige nicht nur über störungsrelevante Aspekte zu informieren, sondern sie aktiv in Behandlungsprozesse einzubinden und dadurch die Compliance zu erhöhen.

Der Tischaufsteller ist in Anlehnung an die *Internationale statistische Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme (ICD)* und die *S3-Leitlinien zur Lese-Rechtschreibstörung und zur Rechenstörung* (Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften, AWMF, 2015, 2018) entwickelt worden. Das Material ist so gestaltet, dass es für alle Bereiche schulischer Lernstörungen (Lese-Rechtschreibstörung, Rechenstörung, kombinierte Störungen schulischer Fertigkeiten) gleichermaßen geeignet ist. Zu den Lernstörungen werden folgende grundlegenden Themen behandelt:

- *Erscheinungsbild* – Was ist eine Lernstörung?
- *Prävalenzen* – Wie häufig kommen Lernstörungen vor?
- *Diagnosekriterien* – Woran erkennt man Lernstörungen?
- *Ätiologie* – Wer hat Schuld?
- *Komorbiditäten* – Was können Folgen sein?
- *Fördermöglichkeiten* – Welche Hilfen gibt es?
- *Zukunftsperspektiven* – Vieles ist möglich.

Der Aufsteller wird so auf dem Tisch platziert, dass das zu beratende Kind und dessen Eltern auf der Vorderseite kindgerechte Illustrationen zu den jeweiligen Themen sehen. Beispielsweise gibt es zu den Prävalenzen von Lese-Rechtschreibstörungen, Rechenstörungen und kombinierten Störungen schulischer Fertigkeiten ein Schaubild, auf dem 100 Kindern zu sehen sind, und die Prävalenzraten werden dadurch veranschaulicht, dass die entsprechenden Anzahlen von Kindern farblich unterschiedlich markiert sind. Auf der Rückseite des Aufstellers stehen die Informationen, die durch die Psychoedukation vermittelt werden sollen. Die Informationen für die Kinder zeichnen sich durch

Literaturtipp:
Griepenburg, C., Schuchardt, K. & Mähler, C. (2024). *Legasthenie und Dyskalkulie. Erste Informationen zu Lernstörungen für Kinder und Eltern.* München: Reinhardt.

eine grammatikalisch einfache Sprache ohne Fachausdrücke und durch einfache Erklärungsmodelle aus. Die Informationen für die Eltern sind umfassender, detaillierter und schließen mehr Hintergrundinformationen ein.

Aufhänger der Informationsvermittlung ist eine Rahmengeschichte zu einem Kind, das genauso alt und von der gleichen Lernstörung betroffen ist wie das zu beratende Kind. Die Identifikationsfigur trägt einen geschlechtsneutralen Namen (Kim) und ist so gezeichnet, dass sich sowohl Mädchen als auch Jungen von der Figur und von der Rahmengeschichte angesprochen fühlen können.

© Griepenburg, Schuchardt & Mähler

Abb. 2: Blick in das Material

Manual

Ergänzend zum Tischaufsteller liefert das Online-Manual umfassendere theoretische Informationen zu Lernstörungen und zur Psychoedukation bei Lernstörungen. Darüber hinaus werden die Befunde einer Evaluationsstudie berichtet und es gibt Hinweise zur Nutzung des Tischaufstellers.

Evaluation

Der Tischaufsteller und dessen psychoedukative Verwendung wurden von Griepenburg, Schuchardt, Lautenschläger und Mähler (2021) in einer katamnestischen Studie, in der acht Wochen nach dem Beratungsgespräch die Effekte der Intervention überprüft wurden, evaluiert. Im Vergleich zu herkömmlichen Beratungsgesprächen konnte mit Hilfe der neu entwickelten Materialien sowohl Kindern als auch Eltern Wissen zu umschriebenen Lernstörungen erfolgreicher vermittelt werden. Zudem erinnerten sich die Eltern besser an die weiterführenden Handlungsempfehlungen und waren eher bereit, diese im Alltag umzusetzen. Bei Eltern und Kindern waren darüber hinaus die Zufriedenheit mit dem Beratungsgespräch und das allgemeine subjektive Wohlbefinden gesteigert.

FAZIT

Psychoedukation wird im Kontext der Behandlung von schulischen Lernstörungen eine hohe Bedeutung beigemessen. Sie stellt eine wichtige Komponente der Förderung dar (Schulte-Körne & Galuschka, 2019). Mit dem Tischaufsteller steht ein Hilfsmittel zur Verfügung, das die psychoedukative Praxis optimieren kann. Das neu entwickelte Informationsmaterial ist inhaltlich an den aktuell gültigen internationalen Auffassungen zu schulischen Lernstörungen orientiert. Es ist empirisch evaluiert und erfüllt die Qualitätsansprüche einer evidenzbasierten Praxis. Nicht zuletzt aufgrund der kindgerechten Gestaltung der Rahmenhandlung sowie der Schaubilder und der doppelten Zielsetzung, sowohl dem Kind als auch den Eltern die Informationen in altersangepasster Sprache zu vermitteln, kann das Material wesentlich dazu beitragen, psychoedukative Beratungsgespräche effizienter zu führen.

Prof. Dr. Gerhard Büttner war wissenschaftlicher Leiter des Kompetenzzentrums Schulpsychologie Hessen an der Goethe-Universität Frankfurt am Main.
Kontakt: buettner@paed.psych.uni-frankfurt.de

Literatur:

Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften, AWMF (2015). *Diagnostik und Behandlung von Kindern und Jugendlichen mit Lese- und/oder Rechtschreibstörung. www.tinyurl.com/4h294upx* (Zugriff am 14.03.2025).

Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften, AWMF (2018). *Diagnostik und Behandlung der Rechenstörung. www.tinyurl.com/v4j5hdj5* (Zugriff am 14.03.2025).

Griepenburg, C., Schuchardt, K., Lautenschläger, P. & Mähler, C. (2021). Wirksamkeit einer strukturierten, kindgerechten Psychoedukation bei Lernstörungen. *Lernen und Lernstörungen, 10(2)*, 75–87. *doi.org/10.1024/2235-0977/a000301*

Schulte-Körne, G. & Galuschka, K. (2019). *Lese-/Rechtschreibstörung (LRS).* Göttingen: Hogrefe.

psylife live

Dr. Joe Greisser

WEBINAR-REIHE

ADHS bei Kindern verstehen & gezielt beraten

ADHS tiefer verstehen, korrekt erkennen und zeitgemäß beraten

Für alle, die in Psychotherapie, Beratung und Coaching tätig sind

Fortbildungspunkte 2 sind beantragt

am

06.05.2025

19:30 Uhr

www.psylife.de/psylife-live

VERANSTALTUNGSKALENDER

2. bis 4. Mai 2025
Jahrestagung der VAKJP
Thema: Suche nach Verbundenheit
Ort: Erfurt
www.tinyurl.com/2r4bt96r

6.bis 8. Mai 2025
LEARNTEC
Ort: Karlsruhe
www.learntec.de

9. und 10. Mai 2025
7. KJPVT Kongress
Ort: Berlin
www.tinyurl.com/5ckbjvej

9. und 10. Mai 2025
AESF-Frühjahrstagung 2025
Ort: Oldenburg
www.uol.de/aesf2025

12. und 13. Mai 2025
Schulpsychologische Diagnostik – Diagnostik im Beratungsprozess
Ort: Berlin
www.tinyurl.com/2b3dxau2

14. bis 17. Mai 2025
2. Internationaler Kongress Frühkindliches Trauma
Thema: Sichere Entwicklung in unsicheren Zeiten
Ort: Duisburg und online
www.fruehes-trauma.de

15. Mai 2025
Onlinefortbildung ADHS – Erkennen und reagieren im schulischen Kontext
Ort: online
www.tinyurl.com/yehar9ns

13. und 14. Juni 2025
6. Internationales Bodensee-Symposium „Frühe Kindheit“
Thema: Vielfalt leben – Zukunft stärken
Ort: Thurgau
www.tinyurl.com/2hmnxmcw

1. bis 4. September 2025
26. Fachgruppentagung Entwicklungspsychologie – EPSY
Thema: Kaskaden der Entwicklung
Ort: Gießen
www.tinyurl.com/yc66nh5x

23.September 2025
Onlinefortbildung vfkV
Thema: „Ist Autismus ein neues Modethema?“ – Kinder und Jugendliche mit Autismus-Spektrum-Störungen: Merkmale der Entwicklung verstehen und die pädagogische Unterstützung abstimmen
Ort: online
www.tinyurl.com/2jahhax6

29. Sept. bis 1. Okt. 2025
DGPS: 20. Tagung der Fachgruppe Pädagogische Psychologie
Ort: Jena
www.tinyurl.com/3esj6ft6

8. und 9. Oktober 2025
#excitingedu – der Kongress
Thema: Let's do it!
Ort: Berlin
www.tinyurl.com/276e67wh

17. bis 29. November 2025
Deutscher Schulleitungskongress 2025
Ort: Düsseldorf
www.deutscher-schulleitungskongress.de

18. November 2025
Onlinefortbildung vfkV
Thema: Autismus-Spektrum-Störungen: Hilfestellungen bei der schulischen Förderung (Teil 2)
Ort: online
www.tinyurl.com/mv9afr2y

20. bis 22. November 2025
Interpädagogica 2025
Ort: Wien (Österreich)
www.interpaedagogica.at

22. bis 25. März 2026
30. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Erziehungswissenschaft
Ort: München
www.tinyurl.com/37stvpkb

Sektion Schulpsychologie

Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen

Praxis Schulpsychologie

Die kostenfreie Online-Version von „Praxis Schulpsychologie“ informiert Sie viermal im Jahr über alle wichtigen Themen rund um das Arbeitsfeld Schulpsychologie – von einem kompetenten Redaktionsteam praxisnah aufbereitet!

www.praxis-schulpsychologie.de

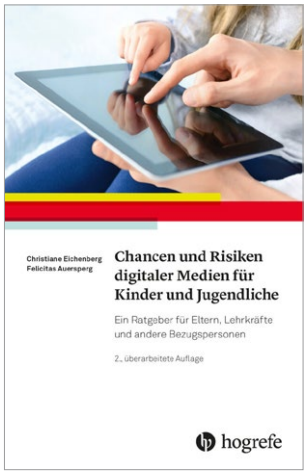
Alle Archivausgaben gibt's hier zum kostenfreien Download:

www.psychologenverlag.de

190516

INFORMATIONEN

Buchvorstellung: Kinder und Jugendliche im Umgang mit Medien sicher begleiten



Christiane Eichenberg,
Felicitas Auersperg
Chancen und Risiken digitaler Medien für Kinder und Jugendliche: Ein Ratgeber für Eltern und Pädagogen.
Göttingen: Hogrefe,
2. überarbeitete Auflage 2024,
190 Seiten, € 19,95

Medien nehmen einen großen Teil in der Lebensrealität von Kindern und Jugendlichen ein. Dabei können sich Bezugspersonen aufgrund der schnellen technologischen und kulturellen Entwicklungen überfordert fühlen. Der Ratgeber richtet sich an Erziehungsberechtigte, Pädagog*innen und weitere Interessierte.

Zu Beginn wird ausführlich auf die Bedeutung digitaler Medien für Kinder und Jugendliche eingegangen. Anschließend werden die Chancen und Risiken digitaler Medien diskutiert, abschließend die sinnvolle Vermittlung von Medienkompetenz thematisiert.

Die Inhalte der vier Kapitel des Buchs werden methodisch aus verschiedenen Perspektiven beleuchtet. Die Autorinnen zeigen so immer wieder die Perspektive der Kinder und Jugendlichen auf, was eine hilfreiche Sichtweise für Erwachsene darstellen kann, indem es aktuelle Trends und Verhaltensweisen erklärt.

Es wird sowohl auf das häusliche als auch auf das schulische Umfeld eingegangen, sodass der Blickwinkel der Bezugspersonen auf alle Lebensbereiche der Kinder und Jugendlichen erweitert wird. Das Heranziehen von wissenschaftlichen Studien auf der einen und von Situationen veranschaulichenden Fallbeispielen auf der anderen Seite, unterstützt das Verständnis. Die Empfehlungen von Websites bieten zudem konkrete Hilfestellungen für die tägliche Arbeit.

M.Sc. Psych. Charis Piper
Schulpsychologische Dezernentin, Osnabrück

IMPRESSUM

ISSN 2629-5156

11. Jahrgang, 2025 Ausgabe 42
www.praxis-schulpsychologie.de

Herausgeber:
Sektion Schulpsychologie im BDP e. V.
c/o BDP-Bundesgeschäftsstelle
Am Köllnischen Park 2, 10179 Berlin
E-Mail: info@bdp-schulpsychologie.de
www.bdp-schulpsychologie.de

V.i.S.d.P.:
Dr. Meltem Avci-Werning, Hannover

Fachredaktion:
Frank Aufhammer, Dr. Meltem Avci-Werning, Prof. Dr. Caterina Gawrilow, Dr. Felix Peter, Andrea Spies

Redaktionsleitung:
Jörg Schmidt (js), Das Verlagsbüro, Andernach

Kontakt zur Redaktion:
redaktion@praxis-schulpsychologie.de

Gestaltung: Tanja Bregulla, Langerwehe

Titelfoto: demanna – Freepik

Verlag:
Deutscher Psychologen Verlag GmbH
Geschäftsführer: Manuel Lentz
Am Köllnischen Park 2, 10179 Berlin
Tel.: 030/20 91 66-410
Fax: 030/20 91 66-413
E-Mail: verlag@psychologenverlag.de
www.psychologenverlag.de

Anzeigen:
Deutscher Psychologen Verlag GmbH
Am Köllnischen Park 2, 10179 Berlin
Bernhard Kunz
Tel.: 01577/768 43 04
E-Mail: anzeigen@psychologenverlag.de
www.praxis-schulpsychologie.de
Gültig ist die Preisliste Nr. 10 vom 1. Januar 2025

Anzeigenschluss:
Ausgabe 43
19.6.2025 (erscheint am 10.7.2025)
Ausgabe 44
18.9.2025 (erscheint am 9.10.2025)

Deutscher Psychologen Verlag GmbH

Leserservice:
Deutscher Psychologen Verlag GmbH
Tel.: 0228/95 50 210
Fax: 0228/36 96 210
E-Mail: leserservice@psychologenverlag.de

„Praxis Schulpsychologie" erscheint viermal jährlich und ist ein periodisches Informationsmedium des DPV. Zweck der Publikation ist die Verbreitung von Fachinformationen zum Thema Schulpsychologie. Der Bezug des Onlinedienstes „Praxis Schulpsychologie" ist kostenfrei.

Wir gewährleisten einen verantwortungsvollen Umgang mit Ihren Adressdaten. Sollten Sie „Praxis Schulpsychologie" nicht mehr beziehen wollen, bitten wir Sie, uns Ihre Abmeldung (*www.praxis-schulpsychologie.de/abmeldung.html*) zu senden. Wichtig: Sobald Sie Ihre Adresse in den Abmeldelink eingetragen haben, wird Ihre E-Mail-Adresse automatisch aus der Datenbank gelöscht.

© Deutscher Psychologen Verlag GmbH, 2025

NÄCHSTE AUSGABE
Praxis Schulpsychologie (Online-)Ausgabe 43, erscheint am 10. Juli 2025