

Schulabsentismus – Handlungsempfehlungen für Eltern

Liebe Eltern,
es kann vorkommen, dass Kinder immer wieder fehlen oder gar nicht mehr am Unterricht teilnehmen möchten. Manchmal äußern Kinder Beschwerden wie Kopf- oder Bauchschmerzen und werden deshalb krankgemeldet. In anderen Fällen fehlt einfach die Motivation, zur Schule zu gehen. Dieses Verhalten nennt man Schulabsentismus. Die Gründe dafür sind vielfältig und nicht immer auf den ersten Blick erkennbar.

Kurzfristig mag das Zuhause bleiben Entlastung bringen, doch auf Dauer kann es das Problem vergrößern. Für Eltern ist das eine belastende Situation. Viele von ihnen fühlen sich dann ratlos und fragen sich, wie sie ihr Kinder unterstützen können.

Gerade weil ein regelmäßiger Schulbesuch für die Entwicklung, das Selbstvertrauen und die Zukunft Ihres Kindes so wichtig ist, lohnt es sich, frühzeitig hinzuschauen. Wenn die Ursachen verstanden werden, können Sie gemeinsam mit der Schule gute Wege finden, damit Ihr Kind wieder gern und regelmäßig am Unterricht teilnimmt.

Mit den folgenden Tipps möchten wir Ihnen Mut machen und zeigen, wie Sie Ihr Kind Schritt für Schritt begleiten und stärken können.

Ist mein Kind betroffen?

Nicht jedes Kind, das einmal nicht zur Schule will, hat gleich ein ernstes Problem. Wenn das Fehlen jedoch häufiger wird oder sich bestimmte Muster zeigen, sollten Sie aufmerksam werden. Da Schulabsentismus sich meist schrittweise entwickelt, ist es wichtig, früh zu handeln.

Erste Anzeichen

Diese Symptome können bereits auftreten, bevor Ihr Kind tatsächlich der Schule fernbleibt. Oft sind sie Ausdruck von Stress oder Unsicherheit.

- **Körperliche Beschwerden:** Wiederkehrende Kopf- oder Bauchschmerzen, Schwindel, Übelkeit, Appetitlosigkeit.
- **Emotionale Signale:** Häufiges Weinen, Wutausbrüche, starke Ängste vor dem Schulweg oder dem Verlassen des Zuhauses.
- **Motivationsprobleme:** Keine Lust auf Schule, fehlende Lernbereitschaft, Vermeidung schulischer Aufgaben.
- **Eltern-Kind-Konflikte:** Häufige Diskussionen oder Streit um Schule und Hausaufgaben, Rückzug oder gereizte Reaktionen.
- **Schlafprobleme und Übermüdung.**

Warnsignale

Wenn sich erste Anzeichen verstärken oder Ihr Kind beginnt, die Schule zu meiden, sollten Sie das Gespräch suchen.

- **Fehlzeiten:** Häufiges oder stundenweises Fehlen, Krankheitsgefühle bei unangenehmen Aufgaben, häufige Entschuldigungen.
- **Leistungsprobleme:** Plötzliche Notenverschlechterung, Überforderung, Aussagen wie „Das bringt eh nichts“ oder „Alles ist zu schwer“.
- **Verhaltensänderungen:** Rückzug, vermehrtes Alleinsein, Lügen über Schulbesuche, Aggressivität oder Vermeidung von Gesprächen mit Lehrkräften oder Mitschülerinnen und Mitschüler.



Alarmsignale

Spätestens jetzt sollten Sie gemeinsam mit der Schule nach Lösungen suchen.

- **Regelmäßiges Fehlen über einen längeren Zeitraum.**
- **Bruch mit der Schule:** Regelverstöße, Beenden von Freundschaften. Stattdessen Rückzug, hoher Medienkonsum, eventueller Drogenkonsum.
- **Desinteresse an Schule und Lernen:** Aussagen wie „Schule ist mir egal“, fehlende Motivation, Gleichgültigkeit gegenüber Konsequenzen wie Lernrückständen oder Problemen beim Berufseinstieg.

Aber warum geht mein Kind nicht in die Schule?

Mögliche Gründe für Schulabsentismus

Schulabsentismus kann viele Ursachen haben. Häufig spielen Erfahrungen in der Schule, persönliche Belastungen oder familiäre Schwierigkeiten eine Rolle.

- **Schule:** zum Beispiel Angst vor Prüfungen, Konflikte, Ausgrenzung oder Überforderung
- **Persönliches:** zum Beispiel psychische oder körperliche Probleme, Desinteresse, übermäßiger Medienkonsum oder Drogenkonsum
- **Familie:** zum Beispiel Ängste von den Eltern getrennt zu sein, hohe Leistungserwartung der Eltern, Fehlen von festen Abläufen und Regeln, belastende Ereignisse.



Oft wirken mehrere dieser Faktoren zusammen. Deshalb ist es wichtig, die Hintergründe zu verstehen, um Ihr Kind gezielt unterstützen zu können.

Was kann ich tun, wenn mein Kind nicht mehr in die Schule will?

Wenn Ihr Kind nicht mehr zur Schule gehen möchte, braucht es Verständnis, klare Orientierung und enge Zusammenarbeit zwischen Familie und Schule. Folgende Schritte können helfen, den Weg zurück in den Schulalltag zu ebnen:

1. Vertrauensvoll und offen mit dem Kind sprechen

- Suchen Sie das Gespräch mit Ihrem Kind, um zu verstehen, was es belastet. Fragen Sie behutsam nach Situationen, die Angst, Stress oder Unwohlsein auslösen.
- Schaffen Sie eine ruhige Atmosphäre, in der Ihr Kind offen über seine Gefühle sprechen kann.

- Hören Sie aufmerksam zu und nehmen Sie Sorgen ernst, ohne zu werten oder zu kritisieren. Offenheit und Vertrauen sind die Basis jeder weiteren Unterstützung.
- Hilfreiche Fragen können sein: „Wie kommst du in der Schule zurecht?“, „Hast du Freunde oder Freundinnen?“, „Was gefällt dir und was stört dich?“ oder „Was müsste anders sein?“

2. Kontakt zur Schule aufnehmen und Informationen sammeln

- Suchen Sie das direkte Gespräch mit der Klassenlehrkraft oder der Schulsozialarbeit. Die Schule ist Ihre wichtigste Ansprechstelle.
- Klären Sie gemeinsam, wie häufig und in welchen Situationen Ihr Kind fehlt, ob bestimmte Fächer oder Tage auffällig sind und welche pädagogischen Schritte bereits unternommen wurden.
- Bereiten Sie Gespräche gut vor, um Ursachen und Muster des Fehlens besser zu verstehen.

3. Zu Hause einen Umgang finden & die Rückkehr zur Schule erleichtern

- Prüfen Sie, ob es Anreize gibt, warum Ihr Kind lieber zu Hause bleibt (zum Beispiel Medien, Spiele oder extra Aufmerksamkeit).
- Oft ist es sinnvoll, wenn Sie die Zeit zu Hause während der Schulzeit möglichst unattraktiv machen.
- Schränken Sie bei Bedarf vorübergehend Freizeitaktivitäten ein – die Schule hat Vorrang.
- Helfen Sie Ihrem Kind, beim Lernstoff dran zu bleiben und Versäumtes nachzuholen.

4. Gemeinsam Lösungen entwickeln

- **Klären Sie körperliche Beschwerden** ärztlich ab, um gesundheitliche Ursachen auszuschließen.
- **Wägen Sie Entschuldigungen gut ab:** Überlegen Sie, ob eine Entschuldigung von Fehlzeiten notwendig ist. Holen Sie sich dafür eine zweite Meinung von einer Fachperson ein (siehe unten).
- **Sprechen Sie Ängste offen an:** Wenn Ihr Kind Ängste vor der Schule oder bestimmten Situationen äußert, prüfen Sie, welche Lösungen Sie mit der Schule erarbeiten können. Meist kann ein kleinschrittiger Aufbau des Schulbesuchs helfen.
- **Unterstützen Sie bei Trennungsängsten:** Fördern Sie schrittweise Selbstständigkeit. Rituale, kleine Erinnerungsstücke oder Abholen durch Freunde oder Freundinnen können den Übergang erleichtern. Auch das Begleiten durch eine andere Bezugsperson kann helfen. Kleine Erfolgserlebnisse stärken das Selbstvertrauen.



- **Reflektieren Sie familiäre Einflüsse:** Auch Spannungen im Umfeld können eine Rolle spielen. Ziehen Sie bei Bedarf Beratungsstellen oder therapeutische Unterstützung hinzu (siehe unten).
- **Kooperieren Sie eng mit der Schule:** Legen Sie gemeinsam realistische Ziele und verbindliche Absprachen fest, etwa zu Aufgabenbearbeitung, Nachholterminen, Förderangeboten und der Kontrolle des Schulbesuchs. Halten Sie die Vereinbarungen schriftlich fest. Bei langanhaltendem Schulabsentismus kann die Schule gegebenenfalls das [Rather Modell](#) einbeziehen.
- **Sprechen Sie vor Ihrem Kind positiv über die Schule.** Ihre Haltung prägt entscheidend, wie Ihr Kind Schule wahrnimmt.

Die Schule ist verpflichtet, bei anhaltendem Schulabsentismus bestimmte pädagogische und rechtliche Maßnahmen einzuleiten – von Gesprächen und Attestpflicht bis hin zu Bußgeldverfahren.

5. Externe Partner hinzuziehen

Sollten Sie gemeinsam mit der Schule keine geeigneten Lösungswege finden, zögern Sie nicht, fachliche Unterstützung in Anspruch zu nehmen. Erste Anlaufstelle kann die Kinderärztin oder der Kinderarzt sein. Geeignete Stellen können zusätzlich sein:

- das [Zentrum für Schulpsychologie](#)
- alle Düsseldorfer Beratungsstellen für Kinder und Jugendliche und Familien (eine Übersicht finden Sie [hier](#))
- Kinder- und Jugendpsychiatrische und -psychotherapeutische Praxen (Suche zum Beispiel [hier](#))
- die [Ambulanz der Kinder- und Jugendpsychiatrie Düsseldorf](#)
- der [Bezirkssozialdienst](#) bei Unterstützungsbedarf bei erzieherischen Problemen
- das [Amt für Soziales und Jugend Düsseldorf](#) bei weiteren familiären Belastungssituationen

Abschlussgedanke

Der Weg aus einer Schulabsentismus-Problematik braucht Geduld und Verständnis. Jeder kleine Fortschritt, sei es ein zusätzlicher Schultag oder ein offenes Gespräch, ist ein wichtiger Schritt nach vorn.



Bleiben Sie im Gespräch mit Ihrem Kind, zeigen Sie Zuversicht und nutzen Sie die Unterstützung der Schule und bei Bedarf fachlicher Stellen.

Kontakt

Telefon: 0211 89-95340
 schulpsychologie@duesseldorf.de
www.duesseldorf.de/schulpsychologie



Landeshauptstadt Düsseldorf
 Amt für Schule und Bildung

Herausgegeben von der Landeshauptstadt Düsseldorf · Der Oberbürgermeister · Amt für Schule und Bildung · Konrad-Adenauer-Platz 1, 40210 Düsseldorf **Verantwortlich** Dagmar Wandt · V/26 · www.duesseldorf.de

Quelle: Angelehnt an Wuppertaler HASE