Bericht: Bericht der Schulpsychologie zur Abmilderung der Folgen von Pandemie und weiteren Krisen

Allgemeine Situation an den kommunalen Schulen in Nürnberg

„Was kommt als Nächstes?“ - Das war eine vorherrschende Frage von Kindern und Jugendlichen, während die Ereignisse der letzten Jahre auf sie einprasselten.

Die Corona-Pandemie mit all ihren Folgen, der Ukraine-Krieg sowie globale und individuelle Zukunftssorgen haben junge Menschen und ihre Familien zu großen Teilen stark destabilisiert und erschöpft. Diese Sorgen und Nöte sammeln sich in unseren Schulen, in denen es auch schon vorher zahlreiche Herausforderungen gab.

Schulschließungen und die Reduktion sozialer Kontakte hatten weitreichende Folgen, die auch jetzt noch wirken:

- enorme **Belastung und erhöhte Ausfälle seitens des Schulpersonals**
- **Anstieg der psychischen und psychosomatischen Erkrankungen** während und nach der Corona-Pandemie, insbesondere Ängste, Depressionen und psychosomatische Erkrankungen, die sich auch oft als Schulabsentismus zeigen
- **Anstieg familiärer Probleme:** enorme Belastung durch die Doppelrolle Eltern-Arbeitnehmer während der Lockdowns, Eskalation familiärer Konflikte, Verlust des Arbeitsplatzes, vermehrte häusliche und sexuelle Gewalt
- **Die Folgen der fehlenden sozialen Lernerfahrungen** in Zeiten des Lockdowns zeigen sich nun in mangelnder sozialer Kompetenz, auch in der digitalen Welt (Cybermobbing).

Besonders bei vorbelasteten Familien und ihren Kindern kumulieren diese Effekte, wie bundesweite und internationale Studien ebenso belegen (bspw. COPSY-Studie¹, IMA-Bericht²) wie auch unsere Bestandsaufnahme an den Nürnberger Schulen widerspiegelt.

Der **Ukraine-Krieg** in regionaler und kultureller Nähe destabilisierte viele Jugendliche zusätzlich. Die Schicksale der belasteten Geflüchteten sind direkt auch in städtischen Realschulen und Gymnasien spürbar, die zügig Brückenklassen eingerichtet haben, um die Schülerinnen und Schüler zu beschulen.

Aktivitäten und Maßnahmen der Schulpsychologie zur Abmilderung der aktuellen Krisenfolgen

Schuljahr 2021/22

Trotz geltender Hygienebeschränkungen und personellen Veränderungen im Team konnten Sprechstunden an den Schulen und die Teilnahme an multiprofessionellen Teams umgesetzt sowie die Zahl der Beratungen auf ähnlichem Niveau gehalten werden. Als Gründe der Anmeldung bei der schulpsychologischen Fachkraft wurden 20/21 **Schulabsentismus, Schulleistungsprobleme, Krisensituationen und belastende Lebensumstände verstärkt genannt. Beratungen von Lehrkräften verdoppelten sich** im Vergleich zum Vorjahr.

¹ Kurzmitteilung zur COPSY-Studie (2023): <https://www.aerzteblatt.de/archiv/229355/Zwei-Jahre-Pandemie-Die-psychische-Gesundheit-und-Lebensqualitaet-von-Kindern-und-Jugendlichen-Ergebnisse-der-COPSY-Laengsschnittstudie> (abgerufen am 16.3.2023)

² Abschlussbericht der Interministeriellen Arbeitsgruppe der Bundesregierung „Gesundheitliche Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche durch Corona“ (2023): <https://www.bmfsfj.de/resource/blob/214866/b2bb16239600b9e257c31db91d872129/ima-abschlussbericht-gesundheitliche-auswirkungen-auf-kinder-und-jugendliche-durch-corona-data.pdf> (abgerufen am 15.3.23)

Teammitglieder waren 49-mal in akuten Kriseninterventionen involviert, ca. 140 Termine zur Krisenprävention fanden statt (z. B. Krisenteamsitzungen).

Angebote für Klassen konnten nun wieder ausschließlich in Präsenz stattfinden, beispielsweise die Projekte WELCOME und „Respekt“ für geflüchtete junge Menschen, sowie Präventionsmodule zu Mobbing und Prüfungsangst in allgemeinbildenden städtischen Schulen. Kurse für die pandemiegebeutelten Abschlussklassen zu den Themen Prüfungsangst, Motivation und Zeitmanagement wurden durchgeführt, um auf dem herausfordernden Weg zum Schulabschluss bestmöglich zu unterstützen.

Ressourcen flossen außerdem nach **Beginn des Ukraine-Krieges** in die individuelle Unterstützung Betroffener sowie in Material für Lernende zur erhöhten Selbstfürsorge und Resilienz in Zeiten kumulierter Belastungen. Auch Eltern wurden bei der schwierigen Aufgabe unterstützt, mit Kindern über Krieg zu sprechen.

Die neu geschaffene, befristete **Stelle zur Abmilderung der Pandemiefolgen konnte ab Juni 2022 besetzt** werden und ist seither essentieller Bestandteil für schulpsychologische Angebote. Um den Schulen schnelle weitere Unterstützung unterbreiten zu können, wurden, nach einer Analyse vorhandener Problemfelder aus Sicht der Schulpsychologie, **Angebote im Bereich des Aufbaus und der Förderung von Resilienz konzipiert.**

Schuljahr 2022/23

Ein wichtiger Grundpfeiler der Arbeit der Schulpsychologie ist weiterhin die **schulpsychologische Beratung** und die **akute Krisenintervention**. Erschwert wird die Beratungstätigkeit durch den **starken Mangel an anderen Unterstützern**: Die Vermittlung in eine psychotherapeutische oder psychiatrische Behandlung von psychisch kranken, sogar suizidalen, Jugendlichen oder jungen Erwachsenen ist mit extremen Hürden verbunden. Die Begleitung, Vermittlung und Unterstützung durch die Schulpsychologie ist bedeutend aufwändiger oder durch Wartezeiten stark verlängert.

Diese und andere Herausforderungen versuchen die Schulpsychologinnen und Schulpsychologen durch inner- und außerstädtische **Netzwerkarbeit** einerseits zu reduzieren und andererseits, darauf aufmerksam zu machen – in der Corona-Pandemie wurde deutlich, dass Familien und gerade Kinder und Jugendliche ihre Nöte oft selbst nicht ausreichend mitteilen können.

Nach der oben genannten kurzen Konzeptionsphase flossen in diesem Schuljahr viele schulpsychologische Ressourcen in den Bereich **Resilienzaufbau und –förderung**:

- Für **Klassen** wurde ein „**Resilienztag**“ entwickelt, der für Geflüchtete auch in einer Variante mit leichter Sprache umgearbeitet wurde. Eigene Schutzfaktoren, Gelingensbedingungen einer guten Gemeinschaft und ein Wiedererleben des sozialen Miteinanders sind hier die Kernpunkte.
- „Ressourceninseln im Schulalltag“ versprach das Angebot für Kollegien, z. B. im Rahmen eines pädagogischen Halbtages. Erfreulicherweise wurden Angebote im Bereich der **Gesundheitsförderung der Lehrkräfte** besonders in diesem Schuljahr vermehrt abgerufen. Meist wurden **maßgeschneiderte Angebote direkt an den betreffenden Schulen** durchgeführt (Erholungshürden, Stressreduktion, Zeitmanagement, ...), um einen niedrigschwiligen Zugang zu gewährleisten.
- Auch Supervision, kollegiale Fallberatung und Coaching von Lehrkräften und Schulleitungen binden viele Ressourcen, um Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nachhaltig gesund zu erhalten und bei Problemen zu unterstützen. Für **Verwaltungskräfte sind zwei Supervisionsgruppen** entwickelt worden und erfreuen sich großer Beliebtheit.

- In Zusammenarbeit mit dem Betrieblichen Gesundheitsmanagement der Stadt Nürnberg konnte die Idee verwirklicht werden, kommunalen Lehrkräften einen kostenfreien **Zugang zur Gesundheits- und Achtsamkeits-App 7Mind** zu ermöglichen. Das Besondere: Lehrerinnen und Lehrer können hier für sich selbst nachweislich Stress reduzieren oder zu besserem Schlaf finden und gleichzeitig auch Angebote im Unterricht nutzen und so ihre Klassen davon profitieren lassen.
- Immer größer wird der **Unterstützungsbedarf im Bereich der Berufsintegration und Berufsvorbereitung**. Multiple psychische und soziale Probleme belasten beteiligte Lehrkräfte stark und fordern ebenso die Schulpsychologie. In Zusammenarbeit mit dem Amt für berufliche Schulen und den pädagogischen Bereichen des IPSN wurden hier Entwicklungen angestoßen, die mittelfristig für Entlastung sorgen sollen (bspw. Teamentwicklung zum Umgang mit „Systemsprengern“, Netzwerkarbeit, ...).

Strukturierte Bestandsaufnahmen an allen kommunalen Schulen

Um das Befinden und die Bedarfe der Schulgemeinschaft strukturiert und auf breiter Basis zu erfassen, fanden seit Anfang des Schuljahres 22/23 außerdem „**Bestandsaufnahmen**“ an **kommunalen Schulen** statt. Ziel war bzw. ist es, nachhaltige sowie passgenaue Maßnahmen zu entwickeln und notwendige Angebote zu verstärken. Schulpsychologie und Schulleitung orientierten sich hier an einem strukturierten Leitfaden und nahmen Problemfelder und **Bedarfe verschiedener Zielgruppen (Schulleitung, Lehrkräfte, Lernende, Eltern, Verwaltungskräfte) und im Bereich Krisenintervention** auf.

Die Bestandsaufnahmen zeigten, dass rund zehn Jahre nach der Stellenschaffung mit dem **Schwerpunkt Krisenintervention** in diesem Bereich erfreulicherweise gute Grundbedingungen erreicht worden sind: Schulen haben **Krisenteams**, die sich regelmäßig treffen und auch auf das **Weiterqualifizierungsangebot der Schulpsychologie** zurückgreifen (z. B. Szenarien mit Hilfe strukturierender Leitfäden durchspielen und auswerten). Grundqualifizierungen für ganze Krisenteams oder neue Krisenteammitglieder werden in Anspruch genommen, spezifische **Fortbildungen für Verwaltungskräfte** oder spezifische Krisenthemen werden besucht. Anfang des Schuljahres konnte eine große Gruppe von Mitgliedern der Schulleitungen zum Thema **Krisenkommunikation** fortgebildet werden. Das **Bereitschaftshandy der Schulpsychologie** bei schulischen Krisen wird als große Unterstützung wahrgenommen und genutzt.

Die benannten Bedarfe der verschiedenen Zielgruppen in den **Bestandsaufnahmen** haben uns in unserem bisherigen Fokus auf Resilienzaufbau und –förderung bestärkt, darüber hinaus wurden in den folgenden Zielgruppen noch übergreifend Bedarfe angemeldet:

- **Anstieg der psychischen Probleme, Krisen und Erkrankungen**, die auch für Lehrkräfte im Unterricht deutlich werden und sie vor große Herausforderungen stellen (z. B. auf Panikattacke einer Schülerin reagieren). Lehrkräfte brauchen einerseits Kompetenz im Bereich psychische erste Hilfe, Klarheit zu Möglichkeiten des Umgangs und Unterstützung bei der Abgrenzung ihrer Verantwortlichkeit.
- Die Schulleitungen sind in Sorge um ihr **Personal**: Sie nehmen es teils als **hoch belastet** wahr.
- **Medienkonsum und –kompetenz**: Sowohl Schulen und Eltern geben an, dass exzessive Mediennutzung sowie unsoziales Auftreten in der digitalen Umgebung (Cybermobbing) große Sorgen bereiten. Beobachtete Auswirkungen auf die schulische Leistung und seelische Verfassung sind besorgniserregend.
- **Schulische Leistung**: Lehrkräfte und Lernende bemerken große Lernrückstände, fehlende Motivation und verloren gegangene Lernstrategien in den Klassen. Eltern und ihre Kinder sehen sich mit dem Druck konfrontiert, trotz der „verlorenen Zeit“ Leistungen wie vor der Corona-Pandemie zu erbringen.

- Sensibilisierung im Bereich „**Schulische Schutzkonzepte gegen sexuelle Gewalt**“: Während sich schon viele gemeinnützige Organisationen auf den Weg der Prävention sexueller Gewalt gemacht haben, ist das Thema – trotz Veranstaltungen seitens der Schulpsychologie - in den Schulen wenig prominent.

Eine Menge an Problemlagen also, deren Aufarbeitung aber in Zeiten mangelnder zeitlicher und personeller Ressourcen und Kraftreserven an den Schulen als kaum realisierbar wahrgenommen wird.

Empfehlungen für die Zukunft

Selbstverständlich wird **auf die Bestandsaufnahme** an allen kommunalen Schulen eine persönliche **Rückmeldung zu den individuell geäußerten Bedarfen folgen**. Auch übergreifend sollen die Schulen von den Erkenntnissen und daraus geborenen Angeboten anderer Schulen profitieren.

Bezüglich der von den Schulen oben genannten Bedarfe sind aus schulpsychologischer Sicht **folgende Maßnahmen von hoher Dringlichkeit**:

- **Anstieg der psychischen Probleme in den Schulen:**
 - Erste **Informationen für Lehrkräfte zum Umgang in psychischen Krisen** wurden bereits von der Schulpsychologie erstellt (z. B. Verhalten bei Dissoziation eines Schülers) und in Kollegien praxisnah vorgestellt. Dieses Angebot muss weiter ausgebaut werden. Lehrkräfte sollen so handlungssicher sein und ebenso im Sinne der Gesundheitsfürsorge vor eigener Überforderung geschützt werden. Je professioneller Lehrkräfte sich jedoch abgrenzen und über die vorhandene Unterstützung der Schulpsychologie in Krisen Bescheid wissen, umso mehr schulpsychologische Ressourcen werden gebraucht.
 - Weiterhin müssen **Angebote für Klassen oder besonders betroffene Jugendliche ausgebaut werden, um psychische Erkrankungen zu enttabuisieren und psychische Gesundheit zu fördern** (z. B. Beteiligung beim Projekt „Verrückt – na und!“, Resilienztag usw.)
- **Hohe Belastung des Personals:** Die hohe Nachfrage zeigt, dass die Angebote im Bereich **Konfliktmoderationen, Supervision und Coaching** noch weiter ausgebaut werden sollten. Da „**gesunde Führung**“ einen großen Einfluss auf psychische Gesundheit und Resilienz hat, sollte darauf ein Schwerpunkt gelegt werden (z. B. Veranstaltungen für Mitglieder der Schulleitungen und Berufsbereichsbetreuerinnen und -betreuer).
- **Medienkonsum und – kompetenz:** Schülerinnen und Schüler müssen **präventiv Kompetenzen bzgl. des sozialen Verhaltens in der digitalen Welt erwerben**. Lehrkräfte sollten bei Fällen von Cybermobbing z. B. in Klassenchats handlungssicher sein. Denkbar ist hier die **Ausbildung von Lehrkräften als Multiplikatoren** an ihren Schulen. Bzgl. exzessiver Mediennutzung kann sowohl schulisch als auch im Elternhaus präventiv gearbeitet werden (Elternabende für die Unterstufe, Workshops zur „Medienhygiene“).
- **Schulische Leistung und Lernschwierigkeiten:** Lernende müssen bzgl. Lernstrategien, Zeitmanagement aber auch Stressresilienz und Prüfungsangst Unterstützung erfahren. Hier bietet sich ein Ausbau der vorhandenen Gruppenangebote an.
- Durch die starke Fluktuation in den Krisenteams und um auch Kollegien in der Breite „**krisenfit**“ zu machen, bedarf es **weiterer kontinuierlicher Unterstützung und Angebote im Bereich Krisenintervention und -prävention**. In Planung ist beispielsweise eine Fortbildung zum Umgang mit Tod und Trauer in der Schule.
- **Schulische Konzepte gegen sexuelle Gewalt:** Jedes Kind, das sexuelle Gewalt erlebt, besucht eine Schule. Rund ein bis zwei Kinder in jeder Schulklasse haben sexuelle Gewalt erlebt. Schule muss ein Schutzort sein, in dem sich Betroffene nicht – wie statistisch leider

der Fall – vielen Personen offenbaren müssen, bis ihm oder ihr geglaubt wird. Schulische Schutzkonzepte sorgen für Handlungssicherheit beim Schulpersonal, wenn ein Verdacht naheliegt, und für Prävention für Jugendliche. **Für die Vorteile und den Wert eines strukturierten Zugangs an Schulen zu diesem Thema muss geworben und bei der praktischen Umsetzung unterstützt werden** (vorhandene Angebote publik machen, niedrighschwellige Zugänge schaffen, Schulen bei der Schulentwicklung begleiten).

Bei all diesen notwendigen Anstrengungen ist oberste Priorität, das **Beratungsangebot für Schülerinnen und Schüler, ihre Eltern und Lehrkräfte auf hohem Niveau zu erhalten** und allen Hilfesuchenden niedrighschwellig zugänglich zu machen.

Unsere Schwerpunktsetzung deckt sich mit den **Empfehlungen der Interministeriellen Arbeitsgruppe der Bundesregierung zum Thema „Gesundheitliche Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche durch Corona“**. In ihrem Abschlussbericht (Februar 2023, S. 36) empfiehlt sie außerdem den **Ausbau schulpsychologischer Dienste**.

Diese Empfehlung begrüßen wir – der oben genannte Arbeits- und Kraftaufwand in verschiedensten Handlungsfeldern ist nur bei einer entsprechenden personellen Aufstellung realisierbar.