

Faktoren außerhalb der Therapie mit etwa 40 % (Lambert, & Barley, 2001) Heilung oder Symptomverbesserungen.

Das scheint im ersten Augenblick widersinnig zu sein, weil – so könnte man meinen – Psychotherapie dann kaum nützlich sei. Aber fragen wir uns einmal, wie Psychotherapie wirkt. Ein Teil der Wirkung besteht darin, dass es zu Veränderungen in der Umwelt der Patienten kommt. Und genau hier kommen Sie als Lehrer:innen ins Spiel. Schule macht einen großen Teil der Lebenswirklichkeit von Kindern und Jugendlichen aus.

Und blicken wir jetzt noch darüber hinaus auf den Faktor Beziehung: In der Psychotherapieforschung ist hiermit zunächst die therapeutische Beziehung gemeint. Selbstverständlich spielen auch alle anderen Beziehungen der Patienten:innen eine wichtige Rolle beim Umgang mit und ggf. bei der Heilung von psychischen Erkrankungen. Lehrer:innen zählen neben den primären Bezugspersonen (meistens sind das die Eltern) zu häufig die wichtigsten Bezugspersonen. Beziehung heilt, Beziehung stützt (s. Abschn. 2.2). Auch hier liegen viele Chancen, die Sie nutzen können. Und auch hier gilt: Je mehr Sie über die psychischen Erkrankungen wissen, desto hilfreicher können Sie diese Beziehungen gestalten – und zwar so, dass für alle Beteiligten (also auch für Sie und die Lerngruppe) der Leidensdruck sinkt. Das ist übrigens auch ein Grund, weshalb wir uns zunächst u. a. allgemein mit Bindung und Beziehungsgestaltung beschäftigen, bevor wir uns die einzelnen Störungsbilder ansehen.

Ein vorläufig letztes Argument für eine fachliche Auseinandersetzung mit psychischen Erkrankungen besteht darin, dass diese insbesondere während des Schulalters entstehen. Sie können durch geeignete Prävention dazu beitragen, dass die Kinder und Jugendlichen Schutzfaktoren (Resilienz) entwickeln – und dass mitursächliche Risikofaktoren, die es in Schule gibt, reduziert werden. Dabei können Sie jedoch keine Wunder erwarten. Aber Prävention lohnt sich. Jeder Euro, der früh in die Prävention gesteckt wird, spart dem Gesundheitssystem viel Geld (Holz, Schöttle, & Berg, 2011). Das menschliche und soziale Leid lässt sich dagegen kaum beziffern.

### **Fallbeispiel Nina**

Nina ist 15 Jahre alt. Sie war in ihrer Herkunftsfamilie regelmäßigem sexuellen Missbrauch ausgesetzt, der sich in ihrer Pflegefamilie lange Zeit vom Helfernetz unbemerkt fortsetzt, bis sie schließlich in ein Kinderheim kam. Als Nina mit 13 Jahren in meine Klasse kam, war an Unterricht mit ihr kaum zu denken. Sie schien entweder ständig abwesend oder inszenierte

dramatische Konflikte mit Mitschüler:innen oder Lehrer:innen. In den ersten eineinhalb Jahren, die Nina bei uns an der Schule war, hatte sie dauernd Klassenkonferenzen wegen unakzeptablen Verhaltensweisen.

Kurz nach ihrem 15. Geburtstag änderte sich ihr Verhalten schlagartig. Sie war aufmerksam im Unterricht. Sie wirkte freundlich (statt stets abweisend und »motzig«). Die Konflikte nahmen deutlich ab und sie wirkte sogar häufig zufrieden. Was war passiert?

Das sollte ich erst viel später erfahren: Ein Pastor, bei dem sie Konfirmationsunterricht hatte, hatte es geschafft, eine Brücke zu Nina zu bauen. Sie berichtet, dass er sie so angenommen hätte, wie sie war und dass er verlässlich da war, zuhörte und hin und wieder einmal einen Vorschlag machte oder eine Sichtweise anbot, die Nina annehmen konnte.



Sie kennen bestimmt ähnliche Geschichten –

vielleicht haben Sie von ihnen gehört oder Sie haben diese selbst erlebt. Suchen Sie solche Beispiele aus Ihrem Umkreis (z. B. aus Ihrer Schule oder aus Berichten von Bekannten), aus Filmen oder in der Literatur. Dadurch schärfen Sie Ihren Blick für die Resilienz und die Resilienz stärkenden Angebote, die wir machen können. Je mehr solcher Geschichten wir im Kopf und im Herzen haben, desto mehr innere Handlungs- und Wahrnehmungsmöglichkeiten haben wir.

Lassen Sie uns diesen Abschnitt mit einem Zitat von Vaclav Havel beenden:

»Hoffnung ist nicht die Überzeugung, dass etwas gut ausgeht, sondern die Gewissheit, dass etwas Sinn macht, egal wie es ausgeht.«

## 1.2 Gebrauchsanweisung für dieses Buch

Wie Sie bereits gesehen haben, möchte ich Ihnen nicht nur Fachwissen zur Verfügung stellen. Es ist mir viel wichtiger, dass Sie dieses mit Bildern und Ereignissen aus oder Gedanken zu Ihrem

Schulalltag verknüpfen. Erst durch mentales Verknüpfen mit Ihren Vorerfahrungen werden bloße Informationen zu (praxistauglichem) Wissen. Deswegen werden Ihnen immer wieder Impulse zur Reflexion eigener Erfahrungen und eigenem Erleben angeboten.

Aber ich möchte noch mehr: Ich möchte Sie – so gut das mit einem Buch möglich ist – handlungsfähig im Bereich psychischer Krankheiten im Kontext Schule machen. Das heißt, dass Sie am Ende dieses Buches nicht nur einen Wissenszuwachs, sondern einen echten Kompetenzzuwachs bemerken sollten. Damit das gelingt, stelle ich Ihnen in den einzelnen Kapiteln Übungen zur Verfügung. Sie werden eingeladen, kleine Experimente im Alltag zu unternehmen und ich biete hilfreiche Strategien an, die Sie in Ihrem Alltag erproben und implementieren können, damit aus reinem Wissen Kompetenz erwächst. Sie wissen aus Ihrem eigenen Berufshintergrund: Lernen ist ein höchst aktiver Prozess. Und genau dazu möchte ich Sie einladen.

### *1.2.1 Wie sind die Kapitel aufgebaut?*

In den Kapiteln über die einzelnen Störungsbilder bekommen Sie zunächst Informationen über die Entstehung, Verbreitung und Aufrechterhaltung des jeweiligen Störungsbildes. Durch eigene Reflexionen (Impulse) loten Sie den Bereich zwischen »normalpathologisch« und »klinisch-pathologisch« aus, um gestärkt durch eigenes Erleben einen Zugang zu der Sicht und zum Erleben der betroffenen Schüler:innen zu bekommen. Unter »normalpathologisch« sind Ausprägungen eines Störungsbildes gemeint, so wie es die meisten Menschen aus ihrem eigenen Erleben kennen, ohne dass es sich gleich um ein klinisch relevantes Störungsbild handelt. Es macht Sinn, sich das eigene Erleben hin und wieder zu vergegenwärtigen, um ein »Gefühl« für die verschiedenen Störungsbilder zu bekommen. Dabei ist sollte man nicht aus jedoch dem Blick verlieren, dass das Leid der Betroffenen bei den meisten klinisch bedeutsamen Ausprägungen der Störungsbilder ungleich größer ist.

Nach den Hintergrundinformationen und den Reflexionseinladungen erfahren Sie, woran Sie erkennen können, ob Schüler:innen möglicherweise an einer psychischen Störung leiden. Es werden die »klassischen« Diagnosekriterien beschrieben und kommentiert. Zudem erhalten Sie noch Hinweise, wie sich die entsprechenden Störungsbilder auf das Verhalten der Schüler:in im Kontext Schule auswirken kann. Sie erfahren also, welche Hinweisreize Sie im Alltag beachten sollten. Obgleich Sie keine finale Diagnose stellen (weder können, noch dürfen), dürfen Sie mit

Hypothesen arbeiten. Das hat zwei Vorteile: Erstens können Sie gezielt alternative Interaktions- und Kommunikationsstrategien erproben, die in den jeweiligen Kapiteln vorgeschlagen werden. Zweitens bieten Ihre Hypothesen die Möglichkeit, Eltern so zu beraten, dass diese ggf. für ihre Kinder professionelle Hilfe finden können. In diesem Buch werden entsprechende Beratungsstrategien für Eltern (und für Schüler:innen) skizziert, so dass die Eltern bzw. Erziehungsberechtigten und die Kinder/Jugendlichen sich nicht verurteilt und stigmatisiert fühlen, sondern dass die Akzeptanz für das Aufsuchen professioneller Hilfe steigt.

Betroffene Schüler:innen agieren und erleben sich im Klassenverband bzw. in der Lerngruppe und nicht im luftleeren Raum. Es bestehen also wechselseitige Beeinflussungen. Deswegen bekommen Sie in jedem Kapitel störungsspezifischen Strategien, die Sie auf der Klassenebene einsetzen können, um günstige gegenseitige Beeinflussungen zu fördern und ungünstige Beeinflussungen (z. B. gegenseitiges Stören oder Verurteilen) zu reduzieren.

Schließlich gibt es Bedingungen innerhalb des Settings Schule, die das Auftreten psychischer Störungen fördern können (Risikofaktoren). Und es gibt solche, die Kinder und Jugendliche stark machen, so dass die Wahrscheinlichkeit, an einer psychischen Störung zu erkranken bzw. dass sie sich weiter ausprägt, sinkt. Die Aufgabe von Prävention ist es, die Risikofaktoren zu minimieren und allgemeine Schutzfaktoren zu fördern. In jedem Kapitel erhalten Sie störungsspezifische Präventionsvorschläge, die Sie i. d. R. mit der ganzen Lerngruppe durchführen können.

## *1.2.2 Ressourcenorientierte Haltung*

Das Thema psychische Störungen verführt uns, den Blick auf Defizite, auf Probleme und auf das zu legen, was nicht funktioniert. Aber das ist meistens nicht besonders hilfreich. Weder für Sie noch für die Betroffenen selbst. Schnell passiert es, dass man nicht mehr die ganze Schüler:in mit all ihren Potentialen, mit ihren lebenswerten Seiten und ihren kleinen menschlichen Schwächen sieht, sondern dass der Blick nur noch pathologisch an der Störung »hängen bleibt«.

Das Gegenteil ist das Ziel dieses Buches. Unser Thema sind zwar psychische Störungen, aber ich möchte Sie immer wieder einladen, den Blick auf die Ressourcen, auf die Stärken und auf die Potentiale - also auf den ganzen Menschen zu richten. Das hat übrigens nachgewiesenermaßen einen sehr günstigen Effekt auf eine positive Entwicklung. Und umgekehrt trifft funktioniert dieser

Effekt leider auch: Lehrer:innen die Defizite von ihren Schüler:innen erwarten, fördern diese Defizite sogar noch (s. Kasten 1.2).

### **Der Pygmalion-Effekt**

Die Psychologen Robert Rosenthal und Lenore F. Jacobson gaben 1965 in einem Experiment Lehrer:innen fiktive Informationen über die Intelligenz ihrer Schüler:innen. Die beiden Wissenschaftler gaben vor, Grundschulkindern auf ihre Leistungspotentiale hin getestet zu haben und informierten die Lehrer:innen darüber, bei welchen Kindern sie im nächsten Schuljahr mit einer deutlichen Leistungssteigerung rechnen können. Das betraf 20 % der Kinder. Und tatsächlich: Genau diese Kinder zeigten im folgenden Schuljahr eine bedeutsame Leistungssteigerung.

*Was die Lehrer:innen nicht wussten:* Diese Kinder waren per Zufall bestimmt worden. Keines der Kinder wurde den Lehrer:innen aufgrund auffälliger Testergebnisse genannt. Es war – so die gängige Interpretation dieses Experiments – allein die Erwartung der Lehrer:innen, die diese Leistungssteigerung herbeiführte.

Dieser Effekt wird in Anlehnung an die Figur Pygmalion aus der griechischen Mythologie Pygmalion-Effekt genannt. Wer neugierig genug ist, sei an dieser Stelle eingeladen, seine Allgemeinbildung aufzufrischen.

Kasten 1.2: Pygmalion-Effekt (Rosenthal & Jacobson, 1968)

Für unser Anliegen bedeutet das, dass wir den Spagat hinbekommen müssen, einerseits Störungsbilder zu erkennen, um hilfreich handeln zu können – und andererseits das Störungsbild nicht unbewusst als Kompass für entwicklungsbezogene (negative) Erwartungen zu nutzen, sondern vielmehr den Blick auf Ressourcen zu lenken. Wie das funktionieren kann, erarbeiten wir in den einzelnen Kapiteln.

### ***1.2.3 Warum Sie mit Diagnose-Vermutungen besonders vorsichtig sein sollten***

Für Eltern bedeutet es häufig Stress und starke emotionale Belastungen, wenn ihr Kind eine psychiatrische Diagnose bekommt. Es ist auch schon belastend, wenn nur die Vermutung im Raum steht, dass das Kind psychisch erkrankt sein könnte. Deswegen sollten Diagnosen nur Fachärzt:innen und ggf.