

Bericht aus der schulpsychologischen Beratungspraxis mit Erwachsenen in Bayern

**Tagung des Bundesrings der Kollegs
in Freiburg am 25.11.2016
- Workshop I -**

Referentin:

Claudia Ondr

Schulpsychologin am Städt. Münchenkolleg
und Städt. Abendgymnasium München

Inhalte und Ziele

Der Workshop möchte informieren über

- den Ausbildungsweg der Schulpsychologen in Bayern
- die Rahmenbedingungen der schulpsy. Beratung in Bayern
- den schulpsy. Beratungsalltag mit Erwachsenen
(Themen, Methoden)

und Raum geben für

- Fragen
- Austausch

Studium und Ausbildung der Schulpsychologen in Bayern

- Bayerische Schulpsychologen sind auch Lehrer an der jeweiligen Schulart!
- Studium als Schulpsychologe für das gymnasiale Lehramt:
 - statt zweier Unterrichtsfächer:
Studium eines Unterrichtsfachs und
als zweiter Bereich Psychologie
 - wie für das gymnasiale Lehramt üblich:
Studiendauer 5 Jahre,
Abschluss mit dem 1.Staatsexamen
im Unterrichtsfach und in Psychologie

Studium und Ausbildung der Schulpsychologen in Bayern

- 1. Staatsexamen Schulpsychologie
gleichwertig mit Diplom-/Masterabschluss Psychologie
für die Altersgruppe Kinder/ Jugendliche/ junge Erwachsene
→ Zulassung zur Ausbildung als Kinder-/Jugendlichen-
psychotherapeut für bay. Schulpsychologen möglich
- nach dem Studium:
2 Jahre Referendariat und dann 2. Staatsexamen
→ im Fach Psychologie: praktische Ausbildung für die Beratung

Rahmenbedingungen für die Arbeit der bayerischen Schulpsychologen

- Schweigepflicht gemäß § 203 StGB:
 - eigener Beratungsraum, separater Telefonanschluss/AB, verschlossene Aktenablage
 - Schweigepflicht aufgehoben bei Selbst- oder Fremdgefährdung
- Stadt München:
 - Trend zu mehreren Schulpsychologen an einer Schule und zusätzlich weiteres Beratungs- und Betreuungspersonal
- zusätzlich:
 - schulunabhängige staatl. u. städt. Schulberatungsstellen

Alltägliche schulpsychologische Arbeit am Tageskolleg und Abendgymnasium

- Neben Einzelfallberatung: Gruppenangebote für Schüler und/oder Kollegen im Lern- und Leistungsbereich, im sozialen Bereich und im Bereich Prävention u. Psychoedukation
- am Müko/AG:
 - Lernen-lernen-Kurs in den Eingangsklassen
 - Mediation bei Konflikten innerhalb der Schulfamilie
 - Psychologiekurs in der Oberstufe
 - Entwicklung präventiver Maßnahmen mittels QSE

Alltägliche schulpsychologische Arbeit am Tageskolleg und Abendgymnasium

- Einzelberatung am Müko/AG: pro Jahr 40-60 Beratungsfälle bei einer Gesamtschülerzahl von bis zu 600
- meist: 2-5 Treffen, Gesprächsdauer 1h, Begleitung bis zu ½ Jahr
- häufige Themen in der Einzelfallberatung bei den Erwachsenen:
 - Inklusionsmaßnahmen
 - Lernen/Leisten u. Schullaufbahn
 - schulbezogene Ängste
 - Krisen und psychische Erkrankungen

<--> Das junge Erwachsenenalter ist (heutzutage) eine krisenanfällige Zeit!

Beispiele für psy. Erkrankungen u. Krisen aus der Praxis

- Gewalt in der Familie/Partnerschaft
- Zwangsehe
- Scheidung bzw. Trennung
- Sorgerechtsstreitereien bei eigenen Kindern
- Schwangerschaft u. Abtreibung
- Todesfälle nahestehender Personen
- sexuelle Übergriffe
- kriminelle Vorgänge im Umfeld
- auffällige Persönlichkeitsstrukturen/Persönlichkeitsstörung
- selbstverletzendes Verhalten
- Substanzabhängigkeit
- Spielsucht
- Essstörungen
- ADHS
- Manie
- Schizophrenie
- Autismus
- Angst- u. Panikstörungen
- schwere Schlafstörungen
- Posttraumatische Belastungsstörung
- Probleme mit der sexuellen Identität
- schwere körperliche Erkrankungen
- Depression!!
- Burnout
- Suizidalität

Methoden in der schulpsychologischen Beratung

- Methoden aus verschiedenen psychotherapeutischen Ansätzen, integrativ kombiniert
- Kein Therapieersatz!!

1. Klientenzentrierte Gesprächsführung

- für den Beziehungsaufbau, das Ankommen und Verstanden werden
- für die Reflexion zur eigenen Situation

1. Klientenzentrierte Gesprächsführung

→ Gesprächstechnik: Spiegeln der erzählten Inhalte u. Emotionen

Beispiel:

„Im Unterricht traue ich mich nicht, etwas zu sagen, insbesondere, wenn viele Mitschüler da sind. Wenn ich etwas herausbringe, spreche ich ganz leise oder verstumme schnell und werde rot.“

→ „Es verunsichert Sie, im Zentrum der Aufmerksamkeit zu stehen und dann vielleicht sogar Gefahr zu laufen, etwas Falsches zu sagen. Daher verfliegt Ihr Selbstvertrauen beim Sprechen auch schnell.“

„Ja, aber in Gesprächen mit ein oder zwei Mitschülern, selbst wenn ich sie nicht so gut kenne, ist das ganz anders! Da spreche ich ganz frei und entspannt!“

→ „In dieser Situation fühlen Sie sich sicher u. sind souverän, da Sie die Gesprächspartner und deren Reaktionen besser im Blick haben.“

→ Authentizität und Wertschätzung seitens des Beraters wichtig!

2. Lösungsorientierter Ansatz

„Ratschläge sind auch Schläge.“

→ Ratsuchende kennen ihr Problem am besten und sind daher auch am besten geeignet um eine passende Lösung auszuformulieren.

Perspektivenveränderung und Lösungsfantasien
aufgrund von lösungsorientierten Fragen, wie z.B. :

- **Frage nach Ausnahmen:**

„Gab es einmal eine Situation, wo die Prüfungsangst nicht ganz so extrem war? Beschreiben Sie die Situation! Wie kam es, dass es da besser lief? Was war anders?“

2. Lösungsorientierter Ansatz

- **Wunderfrage** (z.B. beim Thema Stress/Überbelastung):
„Nehmen wir einmal an, Sie könnten mit dem Finger schnippen und alles wäre gut ... Wenn Ihr Wochenverlauf also genau so stattfinden würde, wie Sie es brauchen, wie wäre dieser dann? Wie ginge es Ihnen dann? Was wäre anders? Was wäre gut?“
- **Zirkuläres Fragen:**
„Kennen Sie jemanden, der in diesem Schulfach ein echter Profi ist? ... Was würde er empfehlen?“
oder
„Haben Sie einen Freund/Verwandten, der Sie sehr gut kennt? ... Was würde dieser über Ihre Situation sagen? Welchen Rat würde er Ihnen geben?“

3. Kognitiv-verhaltenstherapeutische Maßnahmen

→ um Handlungsfähigkeit zu konkretisieren

- Festlegen von zeitlichen/räumlichen/sozialen und anderweitigen Rahmenbedingungen für das Gelingen des Zielverhaltens
- Nutzen von Belohnungssystemen
- Trainieren von funktionalen Gedankenmustern und Verhaltensweisen

Fazit

Ein psychologisches und sozialpädagogisches Präventions- und Betreuungsangebot ist für den Zweiten Bildungsweg wichtig!

Gründe:

- Klientel meist junge Erwachsene
- oft weniger familiäre Hilfestellung als im Teenageralter
- belastete Biographien → erhöhte Vulnerabilität
- Doppelbelastung: Schule
+ finanzielle, organisatorische,... Zwänge des Erwachsenenlebens

→ Auftrag des Kollegs:

Kognitiv dazu fähige Erwachsene zum Abitur führen!

Dazu gehört, dem oft erhöhten Bedarf an psychosozialer Unterstützung ausreichend zu begegnen – mit dem Ziel des Resilienzaufbaus u. -erhalts im Sinne des Schulerfolgs.

Weiterführende Literatur:

- ISB - Staatsinstitut für Schulqualität und Bildungsforschung München (Hrsg.) (2007). **Schulpsychologie in Bayern - Haltungen und Konzepte**. (Online erhältlich).
- Weinberger, S. (2013). **Klientenzentrierte Gesprächsführung: Lern- und Praxisanleitung für psychosoziale Berufe**. Verlag: Beltz Juventa.
- Bamberger, G. (2015). **Lösungsorientierte Beratung: Praxishandbuch**. Verlag: Beltz.
- Parfy, E., Schuch, B. & Lenz, G. (2016). **Verhaltenstherapie: Moderne Ansätze für Theorie und Praxis**. Verlag: UTB GmbH.