

„Ich kann da nicht hin!“

SCHULPHOBIE

TEXT: MAIKE PETERSEN

Jedes Kind muss zur Schule. Klar. **Was aber, wenn es zu viel Angst davor hat?** Leon, 14, fehlte zuletzt sechs Monate. Er und seine Mutter erzählen, wie es dazu kam. **Und was ihm letztlich half**

Leon* steht hinter der Tür im Fahrradkeller und starrt auf sein Handy. Vor fünf Minuten ist seine Mutter zur Arbeit geradelt. Sie haben sich verabschiedet, doch Leon ist nicht zur Schule gegangen. Stattdessen verfolgt er einen roten Punkt auf dem Display: seine Mutter. Jetzt ist sie in der Firma angekommen. Leon greift nach seinem Schulrucksack und geht wieder raus. Er schließt die Wohnungstür auf, geht in sein Zimmer, wirft sich aufs Bett und beginnt zu lesen.

„Ich hatte keine Ahnung, dass es eine App gibt, mit der er mich sehen kann“, sagt Sonja. Als sie am nächsten Tag später aus dem Haus geht, entdeckt sie ihn im Fahrradkeller. Hör auf damit, sofort, hat sie gesagt. Wenn du nicht zur Schule gehen kannst, sag's mir wenigstens.

Sonja lebt mit ihrem Sohn allein, seit er drei Jahre alt war, seit der Trennung von ihrem Ex-Mann. Mutter und Sohn verstehen sich gut. Leon verheimlicht ihr nach diesem Tag nie mehr, wenn es ihm so schlecht geht, dass er nicht zur Schule gehen kann.

Nicht kann: Ist das nicht eine Ausrede? Hat Leon nicht einfach geschwänzt? Nein, beteuert der hoch aufgeschossene Junge. „Ich wollte ja zur Schule gehen. Ich konnte aber nicht. Ich weiß nicht, warum.“

Leon, gepflegte halblange Haare, braune Augen, hatte eine gute Grundschulzeit: viele Freunde, eine engagierte Lehrerin. Er geht auf eine Reformschule mit ausgezeichnetem Ruf. Viel Druck wird hier aus dem Alltag herausgenommen: keine Noten, keine Klassenarbeiten bis zur achten Klasse, keine Hausaufgaben. Und kein Schulwechsel von der Vorschule bis zum Abitur. „Die Schule ist prima, von dem Konzept bin ich noch immer überzeugt“, sagt Sonja. Und Leon geht gern hin, ist ein guter Schüler. Doch von klein auf reagiert er mit Bauchschmerzen und Übelkeit auf Anspannung und Stress. „Schon an seinem Einschulungstag hat er sich auf dem Schulhof übergeben“, erinnert sich seine Mutter.

Es gibt blaue Bücher in Leons Schule, eines für jedes Kind, mit individuellen „Kompetenzrastern“, Wochentümern und Entschuldigungen für

Fehltage. In Leons blauem Buch mehren sich von der sechsten Klasse an diese Tage. In der siebten Klasse bleibt er erstmals wochenlang zu Hause. In der Schule fällt trotzdem kaum auf, dass er immer öfter fehlt: Die Klassenlehrerin ist selbst lange krankgeschrieben, die Vertretungslehrer fragen nicht nach. Auf Sonjas Initiative kommt ein Mitarbeiter des Schulsozialdienstes zu ihnen nach Hause: „Es kam nichts dabei raus. Kein Hilfsangebot, kein Vorschlag, nichts.“

Was ist los mit Leon?

Aber Sonja hakt nach. Stimmt etwas nicht in der Schule, in der Klasse? Ja, da ist etwas: Der Junge, der Leon am nächsten stand, sein bester Schulfreund, hat gerade die Schule gewechselt. Leon vermisst ihn.

Und dann ist da ein anderer Klassenkamerad, Felix, der lispelt und schlecht riecht. Leon macht das nichts aus. Doch die anderen hänseln Felix – und verspotten Leon gleich mit. „Es war uncool, mit Felix befreundet zu sein“, erinnert sich Leon. Die Situation belastet ihn, er sucht Hilfe bei Lehrern und Sozialarbeitern. Mit Erfolg: Das Mobbing hört auf. Trotzdem geht es Leon immer wieder schlecht. Seine Mutter lässt ihn beim Hausarzt durchchecken. Nichts.

Je länger Leon dem Unterricht fernbleibt, desto mehr fürchtet er sich vor den Blicken der anderen, vor dem, was sie sagen werden, wenn er wieder kommt. Doch er stellt sich der Situation: Nach den Winterferien wagt er einen Neubeginn. Keiner spricht ihn darauf an, warum er wochenlang nicht dagewesen ist. Er ist einfach wieder dabei. Und fehlt bis zum Schuljahrsende nur noch selten mal einen Tag. Sonja ist erleichtert.

Zu Beginn des achten Schuljahrs macht Leons Klasse ein Langzeitpro-

jekt. Die Schüler drehen Filme, Leon ist begeistert dabei. Auch danach scheint diese Hochphase anzuhalten: Leon hat den Stoff, den er durch seine vielen Fehlzeiten verpasst hat, ohne Probleme wieder aufgeholt.

Am Tiefpunkt

Nach den Herbstferien dann der Rückfall: wieder Bauchschmerzen am Morgen, Übelkeit. Monat lang bleibt Leon zu Hause – und oft den ganzen Tag im Bett. Er grübelt. Vergräbt sich in Fantasy-Romane: „Der Herr der Ringe“, die „Kryson“-Trilogie; Computer und Fernseher hat seine Mutter weggeschlossen. Wenn Freunde anrufen, geht Leon nicht ans Telefon. Er trifft sich mit niemandem mehr. Er wäscht sich kaum noch, kann nicht schlafen, tigert durch die Wohnung. „Das hatte etwas von einer Depression“, meint Sonja heute. Jeden Nachmittag drängt sie ihren Sohn, eine Stunde mit ihr rauszugehen. Etwas Bewegung, frische Luft.

Sie macht auch einen Termin beim Kinder- und Jugendpsychiater. Bei einem Test stellt sich heraus: Leon ist sprachlich hochbegabt. Wie viele intelligente Kinder hat er aber auch ein Defizit, was sein Durchhaltevermögen betrifft. Doch das erklärt die Schmerzen vor der Schule nicht. Was bedrückt Leon? In der Überweisung des Psychiaters finden sich die Worte „kindliche Trennungsangst“. Sonja hat Zweifel: „Leon war nie besonders ängstlich oder anhänglich. Klar stehen wir uns nahe, wir leben ja allein. Aber dass Leons Probleme damit zusammenhängen, glaube ich nicht.“

Die Ursache für Leons psychosomatische Schmerzen sieht sie persönlich eher im Verhältnis zu seinem Vater. Seit der Trennung seiner Eltern hat Leon regelmäßig Zeit mit ihm und seiner neuen Familie verbracht, auch in den Ferien. Er hängt sehr an seinem kleinen Halbbruder. Doch das Verhältnis zum Vater ist nicht unkompliziert. Dieser hält Verabredungen oft nicht ein, Leon empfindet ihn deshalb als unzuverlässig. In den Sommerferien nach der siebten Klasse fährt Leon erstmals nicht mit der neuen Familie des Vaters in den Urlaub. Am Tag vor der Abreise rufen seine Stiefschwester und der ►

*Alle Namen von der Redaktion geändert

Halbbruder immer wieder an, um ihn zu überreden. Nach zehn Telefonaten zieht Sonja den Stecker. Noch Monate später fordert die Stiefschwester Leon über Skype auf, sich dafür zu entschuldigen, dass er nicht mitgekommen ist, sie droht ihm gar: „Ich rufe so lange an, bis deine Mutter nicht mehr kann.“ Leon spricht darüber mit seinem Vater. „Deine Schwester tut das doch aus Liebe zu dir“, sagt der. Nach Unterstützung fühlt sich das für Leon nicht an.

Der Psychiater schickt Leon schließlich zu einer Verhaltenstherapie. Auf dem Schulweg begleitet ihn Sonja. Alles ohne Erfolg. „Mit jedem Schritt wurde es schlimmer. Ich konnte die Schmerzen in seinem Gesicht sehen“, erzählt die Mutter. Die Sache beginnt, über ihre Kräfte zu gehen. Manchmal weint sie, manchmal ist sie einfach nur wütend und schreit Leon an. Trotzdem: Ihr vertrauensvolles Verhältnis nimmt keinen Schaden. Sie weiß, er simuliert nicht. Und Leon rechnet ihr hoch an, dass sie ihm nie „Monologe“ gehalten habe. Mit Leons Vater kann Sonja nicht reden. Er gibt ihr die Schuld. Manchmal ruft er seinen Sohn morgens an und drängt ihn: „Leon, du musst zur Schule gehen!“

Ausweg Psychiatrie

Als die Sitzungen beim Verhaltenstherapeuten noch immer nicht fruchten, empfiehlt der Psychiater einen stationären Aufenthalt in der Kinder- und Jugendpsychiatrie. Leon ist einverstanden. Für seinen Vater hingegen ist das Stichwort Psychiatrie ein rotes Tuch. Zweimal zieht er seine Einwilligung zur Behandlung zurück, schließlich gibt er doch sein Okay.

An einem Wintertag geht Leon in die Klinik. „Mir war ja klar, dass ich Hilfe brauche“, sagt der Junge heute. Leon soll wieder entlassen werden, sobald er zwei Wochen ununterbrochen zur Schule gegangen ist. Auf der Station sind zehn Kinder und Jugendliche, die meisten Schulphobiker wie er selbst. Ein streng geregelter Tagesablauf, Einzeltherapien, Krafttraining, Yoga und Musik stehen auf dem Behandlungsplan. Täglich zwei Stunden Unterricht in der Klinikschule. Mit Pädagogen, Sozialpädagogen und Krankenschwestern

Mit jedem Tag, an dem ein Kind nicht zur Schule geht, steigt die Hemmschwelle.

Manchmal ermöglicht dann erst eine stationäre Therapie einen Neuanfang ohne Angst

unternehmen die Kinder Ausflüge, gehen gemeinsam ins Kino, zum Bowlen, ins Theater. „Es war ein bisschen wie im Ferienheim“, sagt Leon rückblickend. Am Wochenende darf er nach Hause, am Mittwochnachmittag ebenso.

Sonja ist unter der Woche allein, kann etwas durchatmen, sich wieder auf sich konzentrieren, ihre Gesundheit, ihre Arbeit. Alle 14 Tage hat sie in der Klinik ein Elterngespräch mit einem Psychologen. Auch Sonjas Ex-Mann nimmt daran teil. Die Stimmung ist frostig. Leons Vater hat ihr nicht verziehen, dass sie die Behandlung vor Gericht durchsetzen wollte. Doch Sonja helfen die Gespräche: „Ich hatte vorher immer versucht, zwischen Leon und seinem Vater zu vermitteln. Inzwischen ist mir klar, dass ich für ihr Verhältnis nicht verantwortlich bin.“

Der lange Weg zurück

Leon soll wieder in seine eigene Schule gehen, sie liegt nicht weit von der Klinik. Eine Mitarbeiterin der Klinik begleitet ihn, immer wieder. Es dauert Wochen, bis Leon es zum ersten Mal bis auf den Schulhof schafft. Dann ins Schulgebäude, während alle im Unterricht sind. Noch eine Woche, in der er

es bis vor das Klassenzimmer schafft. Er hört die Stimmen hinter der Tür – und kehrt wieder um, zurück in die Klinik.

Doch ein paar Tage später ist es so weit: Leon schaut auf den Türgriff, zögert. Er sieht seine Begleiterin an. Sie nickt ihm zu, drückt die Klinke herunter. Und Leon geht in seinen Klassenraum – zum ersten Mal seit fast sechs Monaten.

„Es ging alles ganz schnell“, erinnert er sich. Die Mitschüler begrüßen ihn, gratulieren ihm nachträglich zum Geburtstag. Kein dummer Spruch fällt. Leon setzt sich zu einem Kumpel auf einen freien Platz. Englisch steht auf dem Stundenplan, und Leon macht mit. Nach zwei Stunden ruft er freudestrahlend seine Mutter an. Schon am dritten Tag geht Leon ohne Begleitung. Nachmittags nimmt er an den Therapien in der Klinik teil. Und blüht endlich wieder auf. Zwei Wochen später packt Leon in seinem Klinikzimmer seine Sachen. Wie versprochen darf er nun wieder nach Hause.

Dann sind Sommerferien. Mit seinem Vater verreist Leon auch diesmal nicht. Selbst an den Wochenenden mag er nun nicht mehr zu ihm: „Wenn ich mal ernsthaft mit ihm reden will, macht er sich über mich lustig. Er kann nicht damit aufhören.“ Der Vater akzeptiert die Distanzierung nicht, setzt ihn unter Druck. Einmal klingelt er 20 Minuten lang an der Haustür, verlangt, dass Leon runterkommt. Leon gehorcht nicht. Doch es bleibt eine Gratwanderung für den Jungen. Abbrechen will er den Kontakt nämlich nicht. Auch wegen seines Halbbruders.

Sonja hat auf Anraten der Klinik inzwischen einen Erziehungsbeistand beantragt. Ein junger Sozialarbeiter kommt nun einmal in der Woche vorbei. Er geht mit Leon squashen, grillen und ins Konzert, sie reden miteinander. Auch gegenüber dem Vater stärkt der Mann Leon den Rücken, hilft ihm etwa, sich auf ein geplantes Gespräch vorzubereiten. „Ein männlicher Sparringspartner, das tut uns beiden gut“, sagt Sonja. Sie fühlt sich entlastet.

Fast ein Jahr ist mittlerweile seit dem Klinikaufenthalt vergangen. Könnte es wieder passieren? „Diese Sorge wird man wohl nicht mehr kom-

plett los“, sagt Sonja. „Aber eigentlich habe ich das Gefühl: So schlimm kann es nicht mehr werden.“

Und Leon? Hat er manchmal Angst, dass sie plötzlich wieder da sind, die Schmerzen, die lärmende Angst vor der Schule? „Nein. Das ist für mich alles ziemlich weit weg, ich gehe ja schon lange wieder in die Schule. Und für Notfälle habe ich neue Techniken gelernt. Zum Beispiel: einmal durchatmen auf der Schwelle – dann wird der Weg plötzlich ganz einfach.“

INTERVIEW

„Die Schule ist eine riesige Spinne!“



Wie man sich von der Angst vor ihr befreit, erklärt der Jugendmediziner Professor Michael Schulte-Markwort*

Wie viele Kinder haben Angst vor der Schule?

Bis zu drei Prozent gehen nicht regelmäßig hin – aus unterschiedlichen Gründen. Ein Teil davon sind Schulverweigerer, also die klassischen Schulschwänzer, in der Regel verwahrloste Kinder. Dann gibt es die Kinder mit Schulangst. Sie sind kognitiv überfordert oder fühlen sich ausgegrenzt. Die größte Gruppe bilden allerdings die schulphobischen Kinder.

Kinder wie Leon.

Ganz genau. Die sagen zwar auch: Ich habe Angst vor der Schule. Aber dahinter verbirgt sich etwas anderes. Diese Kinder sind normal integriert und normal intelligent. Trotzdem haben sie Symptome wie Kopfschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, wenn sie morgens aus dem Haus gehen sollen.

Beschreiben Sie doch einmal einen typischen Fall.

Das typische Kind mit einer Schulphobie ist ein Mädchen, etwa zwölf Jahre alt, von jeher eher ängstlich und mit einer engen Bindung zur Mutter und/oder zum Vater. Es leidet an der Angst, von ihnen getrennt zu sein. Mit

der Pubertät verstärkt sich das. Von einer Phobie sprechen wir, weil sich die Angst verselbstständigt. Das kennt jeder, der beispielsweise eine Spinnenphobie hat: Man weiß, dass diese Tiere ungefährlich sind, gerät aber trotzdem in einen Angstzustand. Für ein Kind mit Schulphobie ist die Schule zu einer riesigen Spinne geworden.

Und wie helfen Sie ihnen?

Ich schicke sie hin! Diese spezifische Form der Angst löst man nur durch Konfrontation. Nach meiner Erfahrung ist es nicht sinnvoll, erst einmal eine Psychotherapie zu machen und dann nach Wochen oder Monaten zu sagen: So, und jetzt gehst du wieder dorthin. Wenn ein solches Kind zu mir kommt, versuche ich, eine schnelle, pragmatische Lösung zu finden.

Haben Sie ein Beispiel?

Ich hatte einmal ein Kind, das ein Jahr lang nicht mehr am Unterricht teilgenommen hatte. Ich habe diesem Mädchen in unserem ersten Gespräch gesagt: „Du fährst jetzt mit Papa zur Schule. Du sitzt hinten rechts im Auto. Es gibt eine Drop-off-Zone an der Schule, da steht dann der Schulleiter, mit dem du gut kannst. Der Papa lässt dich raus, der Schulleiter nimmt dich entgegen und geht mit dir rein.“ So ist es auch gelungen. Und als sie drinnen war, war es vorbei.

Warum schaffen die Eltern das nicht allein?

Es ist typisch für diese Familien, dass Eltern sich nicht zu sagen trauen: „Auch wenn du Kopfschmerzen hast, gehst du bitte trotzdem!“ Denn das Kind simuliert ja nicht – es leidet wirklich! Weil die Mütter meist näher dran sind am Kind, fällt es ihnen auch besonders schwer, sich durchzusetzen. Zudem sind sie es, die den Morgen in der Familie organisieren. Deshalb kommt es vor, dass wir die Mutter schon ein-

mal für drei Wochen wegschicken und es nur gemeinsam mit dem Vater versuchen, wenn wir ein Kind ambulant behandeln. Aber manchmal ist eben auch ein stationärer Klinikaufenthalt nötig.

Was passiert dabei?

Die Kinder machen eine Einzeltherapie, die ihnen hilft zu verstehen, woher ihre Angst kommt. Etwa die Angst, dass der Mutter etwas passiert, wenn das Kind nicht da ist. Sie lernen auch, was sie tun können, damit es ihnen besser geht. Dann gibt es Fachtherapien: Kunsttherapie, Bewegungstherapie, Tanztherapie, Musiktherapie, Ergotherapie. Und sie gehen in die Klinikschule, können dort versäumten Unterrichtsstoff nachholen.

Was passiert währenddessen mit den Eltern?

Sie werden mit Familiengesprächen einbezogen, manchmal auch mit einer Familientherapie. Mal geht es darum, sie dabei zu unterstützen, leichter Nein zu sagen, weniger ängstlich zu sein, mal um einen Paarkonflikt, der bearbeitet werden muss.

Was können Eltern tun, die merken, dass ihr Kind immer häufiger vor der Schule krank wird?

Möglichst schnell mithilfe eines Kinder- und Jugendpsychiaters herausfinden, ob es überfordert ist, ausgegrenzt oder schulphobisch. Und keine langen Fehlzeiten akzeptieren. Jeder Tag, an dem ein Kind nicht in die Schule geht, erhöht die Schwelle für den nächsten. Das ist wie eine Sucht.

Wo können sich Eltern Hilfe holen?

In jeder Kinderpsychiatrischen Klinik. Das ist dort Standard, schulphobische Kinder gehören schon immer zu unserer Klientel. Die nächstgelegene Klinik findet man im Internet auf der Seite des Berufsverbandes der Kinder- und Jugendpsychiater, www.bkjpp.de.

*Dr. med. Michael Schulte-Markwort, ist Professor für Kinder- und Jugendpsychosomatik am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) sowie Ärztlicher Direktor der Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychosomatik im UKE und dem Altonaer Kinderkrankenhaus. 2013 hat er als Mitherausgeber das Buch „Soziale Angst und Schulangst: Entwicklungsrisiken erkennen und behandeln“ (Beltz, 34,95 Euro) veröffentlicht. ■