

80 Karten für Psychotherapie  
und Beratung mit Kindern

Eder • Oblasser

# Zurück zur Schule, Rocki Mountain

Stärkende Interventionen bei Schulabsentismus



## Hier kommt Rocki Mountain!

Das ist Murmeltier Rocki Mountain. Es pfeift auf die Schule und dafür gibt es tausend Gründe: Mal ist es auch die Angst vor Prüfungen und schlechten Noten, mal tut der Bauch weh und an anderen Tagen ist Rocki schrecklich müde.



Manchmal fehlt dem Murmeltier jedoch bloß die richtige Motivation, um es in die Schule zu schaffen, weil Rocki Mountain lieber chillt, als sich anzustrengen. Gelegentlich ist das Murmeltier total davon überzeugt, bis in die Klasse zu kommen. Aber dann klappt es doch nicht und Rocki Mountain fühlt sich wie ein Versager. Spätestens jetzt traut er sich noch weniger hin. Damit Rocki Mountain sein Zeugnis als Mountain-Ranger bekommt, braucht er dringend eine glorreiche Idee.

## Was ist Schulabsentismus?

Der Begriff »Schulabsentismus« beschreibt das wiederholte Fernbleiben vom Unterricht ohne Angabe konkreter Ursachen. Im Unterschied dazu bedeutet der Begriff »Schulvermeidung«, dass das Fernbleiben von der Schule persönliche Gründe (z. B. Leistungsangst, Depressive Episode, soziale Phobie, Überforderung) hat (Walter & Döpfner, 2020).

Potenziell gefährdete Schüler:innen sind bereits an ihren regelmäßig wiederkehrenden Fehltagen erkennbar. Je mehr Fehltag, desto schwerer fällt es den Kindern bzw. Jugendlichen, sich im psychosozialen Umfeld der Schule zu erproben und sozial wie akademisch zu lernen (Reissner et al., 2025).

Gemäß Walter und Döpfner (2020) bleiben tendenziell zwischen fünf und zehn Prozent der Schüler:innen wiederholt dem Unterricht fern.

Die Risikofaktoren für Schulabsentismus hängen mit verschiedenen Umständen zusammen. Diese können in der betroffenen Schülerin (z. B. fehlende Identifikation als Schülerin, psychische Erkrankung, Lernschwäche), ihrem sozialen Umfeld (z. B. negative Einstellung der Eltern bezüglich der Schule, fehlende Unterstützung beim Lernen, psychisch erkrankte Eltern) sowie den Beziehungen zu Lehrpersonen (z. B. belastete Interaktion, Negativerlebnisse), Mitschüler:innen (z. B. Mobbing, Konkurrenzdenken) und Unterrichtsstoff gefunden werden. Üblicherweise ist Schulabsentismus komplex, weil es verschiedenste miteinander verwobene Einflussfaktoren gibt.

Schulabsentismus kann chronifizieren und zur Regel werden: Aus zeitweiligem Fehlen wird in einem schleichenden Prozess ein Dauerzustand. Das Risiko, den Schulabschluss zu gefährden, wächst mit jedem verpassten Schultag. Manchmal verbergen sich hinter Schulab-

sentismus auch eine psychische Erkrankung oder andere belastende Lebensumstände. Aufgrund der weitreichenden Folgen wie spätere Arbeitslosigkeit oder manifestierte psychische Probleme sollte Schulabsentismus multiprofessionell behandelt werden.

Der Nichtbesuch einer Pflichtschule schmälert die späteren Chancen auf dem Arbeitsmarkt, insbesondere wenn keine gleichwertige Bildungsalternative geboten wird. Schulabsentismus kann somit bereits sehr früh die Bildungskarriere und die langfristige berufliche Perspektive von Kindern beeinträchtigen.

Umso wichtiger ist es, frühzeitig zu intervenieren: Hier setzt das vorliegende Kartenset für Kinder ab dem Grundschulalter an. Gemeinsam mit dem pfiffigen Murmeltier entwickeln Kinder und Jugendliche ein individuelles Problemverständnis. Das Ziel ist, morgens aufzustehen und es wieder schrittweise zurück in die Schule zu schaffen. Die Auseinandersetzung mit Rocki Mountain und dem humorvoll illustrierten Kartenset fördert die Selbstreflexion und vermittelt konkrete Ansatzpunkte zur schulischen Reintegration.

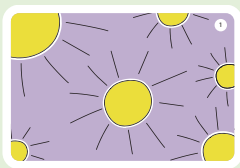
## **Zielgruppe**

Dieses Kartenset ist für die Therapie mit Kindern ab sechs Jahren konzipiert. Die Inhalte eignen sich für Jugendliche aller Altersklassen.

## Wie ist das Kartenset aufgebaut?

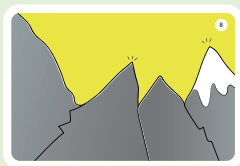
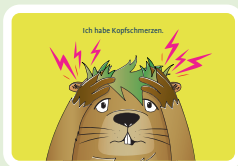
Das Kartenset besteht aus drei Modulen: Ressourcen, Probleme und Interventionen. Diese klare Struktur erleichtert den Einstieg ins Thema und ermöglicht ein schrittweises Vorgehen – von der Ressourcenfindung über die Problemklärung bis hin zur Lösungsfindung. Durch den modularen Aufbau lässt sich das Kartenset flexibel einsetzen. Es ist in Psychotherapie und Beratung und gleichermaßen im Einzel- als auch im Gruppensetting anwendbar.

**Modul 1: Ressourcen.** (Karten 1 bis 5) Die fünf Ressourcenkarten ermöglichen es, das Kind losgelöst von seinen Problemen kennenzulernen. So wird beispielsweise nach Lieblingsaktivitäten oder positiven Eigenschaften gefragt.



**Modul 2: Probleme.** (Karten 6 bis 37) Mit den 30 Problemkarten können körperliche, psychische und soziale Probleme aufgedeckt werden, die beim jeweiligen Kind ursächlich zur Schulvermeidung führen. Mithilfe von zwei Skalierungskarten kann zusätzlich der individuelle

Schwere- und Belastungsgrad der Probleme erfasst werden. Auf den Problemkarten wird z. B. nach Ängsten, Depressionen, Konzentrationsschwierigkeiten, Konflikten oder Kopfschmerzen gefragt.



**Modul 3: Interventionen.** (Karten 38 bis 80) Die 40 Interventionskarten vermitteln kind-, eltern- und schulorientierte Lösungsideen für eine gelingende schulische Reintegration. Die Interventionen fokussieren beispielsweise auf Angstkonfrontation, Emotionsregulation, soziale Kompetenzen, die Planung von Schulbesuchstagen oder Stressbewältigung.



Drei Skalierungskarten evaluieren Veränderungsbereitschaft, Zuversicht und Erfolg.

## Konkrete Anwendung im Einzelsetting

Bei der kompletten Anwendung des Kartensets im Einzelsetting werden alle drei Module nacheinander durchgeführt, wie nachfolgend detailliert beschrieben.

**Modul 1: Ressourcen.** Dieses Modul hilft dem Kind, vorhandene Potenziale und positive Eigenschaften zu benennen und zu stärken. Gerade im Erstkontakt hat es sich bewährt, das Kind nach individuellen Talenten, Freizeitinteressen und positiven Eigenschaften zu fragen. So entsteht von Anfang an die Erfahrung »Ich bin mehr als mein Problem« und das Kind merkt, dass es nicht auf den Schulabsentismus reduziert, sondern ganzheitlich gesehen wird.

### Beispiel

Die Therapeutin kann zum Beispiel mit folgenden Worten einleiten: *»Dass du im Moment nicht zur Schule gehst, ist der Grund, warum du heute bei mir bist. Ich möchte dich ein bisschen kennenlernen, bevor wir darüber reden. Das machen wir am besten mit den Ressourcenkarten. Darauf stehen Fragen, die mir helfen, mehr über deine Interessen, Talente und positiven Eigenschaften zu erfahren. Und du kannst dich gleich einmal an schöne Dinge aus deinem Leben erinnern.«*

# SOWAS! – Sachbuchreihe Bücher zum Mitmachen



Aus der erfolgreichen SOWAS!-Reihe beim Verlag edition riedenburg

**Supergut mit ADHS:**  
Durch Positive Psychologie Stärken erkennen, Ressourcen aktivieren und glücklich sein



**Was brauchst du?**  
Gewaltfreie Kommunikation (GFK) mit Kindern



**Erfolgreich in der Schule mit ADHS:**  
Wirksame Strategien für bessere Selbstorganisation und Selbstregulation

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme. Die Beltz Verlagsgruppe behält sich die Nutzung ihrer Inhalte für Text und Data Mining im Sinne von § 44b UrhG ausdrücklich vor.



© 2026 Programm Beltz Psychotherapie & Psychologie  
Beltz Verlagsgruppe GmbH & Co. KG  
Werderstraße 10, 69469 Weinheim  
service@beltz.de, www.beltz.de  
Alle Rechte vorbehalten

Lektorat: Sandra Schönfelder, Daniela Waßmer  
Illustratorin: Scarlett Müller-Mangelberger, M.A.  
Herstellung und Satz: Uta Euler  
Printed in Poland  
GTIN 4019172102722