

Dienstag, 21. Mai 2024

Ratgeber Jugend

## Schulabsentismus – Ausdruck von Angst und Scham

Von «Schulabsentismus» wird gesprochen, wenn Jugendliche der Schule regelmässig ganz oder stundenweise fernbleiben, ohne krank zu sein. Dies kann schleichend beginnen und sich immer mehr ausweiten. Jugendliche mit dieser Thematik gab es immer schon in unserer Jugendberatung. Deren Anzahl hat in den letzten Jahren jedoch zugenommen. Ein Phänomen unserer Zeit?

### Vielfältige Ursachen

Bei einigen Betroffenen besteht eine regelrechte «Schulangst». Diese kann verschiedene Ursachen haben, zum Beispiel Mobbing, Konflikte mit Lehrpersonen, Unzulänglichkeiten im Schulsystem, langandauernde negative Lernerfahrungen, Überforderung, Mühe im Umgang mit Leistungsdruck. Aber auch sehr leistungsorientierte Eltern oder sehr hohe Anforderungen der Jugendlichen an sich selbst, Prüfungs- oder Versa-

gensängste können hinter «Schulangst» stehen und dazu führen, dass die Jugendlichen nicht mehr in die Schule gehen wollen.

Teilweise kommen auch (psycho-)somatische Symptome wie häufige Kopf- oder Bauchschmerzen hinzu. Dies macht es meist besonders schwierig für Eltern abzuwägen, was jeweils noch zumutbar ist.

### Manche Betroffene leiden unter sozialen Ängsten

Einige Betroffene leiden auch unter ernsthaften psychischen Problemen wie Depressionen oder Ängsten. Bei vorhandenen Ängsten, zum Beispiel sozialen Ängsten, versuchen Betroffene oft, diesen möglichst aus dem Weg zu gehen, indem sie fast nur noch zuhause sind, was aber auf Dauer die Angst-Symptomatik leider nur verschlimmert.

Manchmal führt auch eine spezielle Familiensituation dazu, dass Jugendliche Schwie-

rigkeiten damit haben, ihr Zuhause (oder ein bestimmtes Familienmitglied) zu verlassen und in die Schule zu gehen.

Da es für Schulabsentismus verschiedenste Ursachen gibt, schauen wir in der Jugendberatung die jeweilige Situation individuell an, und versuchen den jeweiligen Gründen auf die Spur zu kommen, um möglichst passend unterstützen zu können.

### Mangelndes Vertrauen, erfolgreich zu sein

In der heutigen Zeit und Gesellschaft ist Schulabsentismus bei Jugendlichen nur selten Ausdruck von Rebellion oder Widerspenstigkeit, sondern eher Ausdruck von Angst und Scham. Ein Sich-Schämen führt zum Wunsch, sich zu «verstecken». Und genau dies tun viele Jugendliche mit stark ausgeprägtem Schulabsentismus. Sie verstecken sich in ihrem Zimmer, weil sie sich unzulänglich fühlen, sich ihrer sozialen oder

schulischen Misserfolge schämen.

Deshalb hilft hier nicht Druck oder Zwang, sondern ein liebevolles Kontaktsuchen und wirkliches Interesse am jungen Menschen und seiner Lebenswelt. Denn Kern eines solch vermeidenden Verhaltens ist ja gerade das mangelnde Vertrauen dieser Jugendlichen in ihre Fähigkeit, in der heutigen Gesellschaft erfolgreich sein zu können, in einer Gesellschaft, in der alles zu haben ist, aber – wie viele Jugendliche bald realisieren – nicht für alle, nicht für sie selbst. Hierin liegt häufig die Ursache für ihr «Unmotiviert»-Sein.

### Gamen und Chatten als Suchtverhalten

Finden Jugendliche die ersehnten, sich im Schulalltag zu wenig einstellenden Erfolgserlebnisse dann beispielsweise beim Gamen oder Chatten, kann sich daraus zusätzlich ein Suchtverhalten entwickeln, welches den

Schulabsentismus weiter verstärkt. Langeweile – ein guter Motivator früherer Generationen, in die Schule zu gehen, um dort die Kolleginnen und Kollegen zu treffen – kommt heute im Jugend-Zimmer kaum mehr auf, zumindest nicht, solange es Internet hat.

### Hilfe für betroffene Jugendliche und Eltern

Falls Sie bei Ihrem Kind Hinweise auf «Schulabsentismus» bemerken sollten, raten wir Ihnen, möglichst früh das Gespräch mit der Schule und/oder Unterstützung bei Beratungsstellen zu suchen. Die meisten Schulen sind heutzutage sehr bemüht, individuelle Lösungen zu finden, um betroffenen Jugendlichen einen Wiedereinstieg in einen Schulalltag zu erleichtern.

Je länger ein Schulabsentismus anhält, desto schwieriger wird es in der Regel, dass oder bis die Jugendlichen wieder einen Einstieg in einen Schulall-

tag finden. Gerade Schülerinnen und Schüler aus den oberen Klassen laufen zudem Gefahr, keinen Schulabschluss zu erlangen und/oder den Einstieg in die Lehre, ins Berufsleben nicht zu finden. Trotzdem ist es nie zu spät, sich Unterstützung zu holen. Und: Sollten die betroffenen Jugendlichen nicht dazu zu bewegen sein, selbst zur Beratung zu kommen, beraten wir gerne auch Sie als Eltern im Umgang mit dieser Situation.



**Afra Berg,**  
lic.phil. Psychologin FSP, Jugendberatung Blinker, Fachstelle des Sozialdienstes Limmattal.

Sie erreichen uns unter 044 730 61 61 oder per Mail unter blinker@sd-l.ch.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage [www.b-link-er.ch](http://www.b-link-er.ch)

## Leserbild



Eichelhäher beim Spazieren erspäht.

Bild: Silvia Wagner, Unterengstringen

## Stadtweiher ist kein «Tümpel»

**Tümpel und ein Gemeinschaftszentrum: Grüne Mitte wird bis zu 10 Millionen teurer**  
Ausgabe vom 11. Mai

Im Artikel wurde der beliebte Stadtweiher im Stadtpark, neuer Name «Grüne Mitte», als «Tümpel» bezeichnet. Meine erste Reaktion; «en Sürmel sait Tümpel, gaht's noo!» Eben, erste Reaktion. Rückmeldungen von Mitmenschen gingen in die ähnliche Richtung. Aber wie kommt die LiZ dazu, diesen von Enten und Einwohnern so beliebten Weiher namentlich zu verhunzen? Liegt es daran, dass wir seit Jahren um diese «Grüne Mitte» mit uns ringen? Viele Ideen, aber nichts Konkretes, ausser die Sommerbeiz im Sommer (logisch) und ein Bild auf dem Strassenboden. Nicht zu vergessen, ein Paar Schuhe

hängen auf einer Strassenleuchte, ansonsten nicht viel mehr. Bevölkerung wie Politik stehen bei diesem Thema auf dem Schlauch. Vielleicht merkt aber die LiZ, dass die Bevölkerung und die Politik mehr und mehr auseinanderdriften. Beispiele: Neue Parkgebühren stossen auf Unverständnis. Herr Geistlich merkte an, dass die Wirtschaft in Schlieren 42 Prozent der Steuereinnahmen generiert. Jetzt sollen die Gewerbetreibenden mit den neuen Parkgebühren zusätzlich geschöpft werden. Die Hausbesitzer sollen nach dem Willen des Bundes und dem Kanton schnellstens die bestehenden fossilen Heizungen nach neuesten Gesetzbestimmungen umstellen. Dafür stellen Bund und Kanton Anreize zur Verfügung, nur: die Stadt Schlieren heimst diese Subventionen mittels uralter Gasverordnung in die eigene Stadtkasse ein. Weiter wurde eine Petition mit über 4000 Unterschriften für

den Erhalt der Schrebergärten in den Wind geschlagen. Nach einigen Nächten Überschlafen der Sache wird der «Sürmel» langsam für mich zum Wilhelm Tell, einfach mit Tastatur anstatt mit Armbrust. Ich betrachte diese Bezeichnung «Tümpel» als Fingerzeig: «Aufgepasst, braut sich in Schlieren was an?» Geht die Wertschätzung der Schlierer Bevölkerung und Gewerbetreibenden verloren?

**Pierre Dalcher, Schlieren, Präsident Hauseigentümergebiet Schlieren, Kantonsrat SVP**

## Viele Menschen kennen das

**Bergflucht und Heimweh: Sie pendeln zwischen Limmattal und Bündnerland**  
Ausgabe vom 16. Mai

Sie pendeln zwischen Limmattal und Bündnerland. Feuchte Augen bekamen wohl viele beim Lesen in der Limmattaler Zeitung. Bei mir ist es das Bild vom Haus oben am Waldrand und die Erinnerung an den Balkon, auf dem Tropenpflanzen überwintern konnten. Gleich eine doppelte Sehnsucht. Und wenn der Zug in Locarno einfährt, ist es wie eine Heimkehr. So viele Menschen kennen das.

**Peter Voser, Biologe, Diätikon**

## Leserbriefe

Ihr Leserbrief zum aktuellen Geschehen ist uns willkommen. Vorrang haben Zuschriften, die sich auf aktuelle Artikel beziehen, die nicht mehr als 1500 Zeichen enthalten und uns per E-Mail erreichen. Bitte Absender (Name, Vorname, Strasse,

Wohnort) und Artikelbezug (Titel und Ausgabedatum) angeben.

### Mailadresse

leserbrief@limmattalerzeitung.ch  
Die Redaktion entscheidet über die Auswahl der Leserbriefe und behält sich vor, Texte zu kürzen.

## Limmattaler Zeitung

Verleger: Peter Wanner.

**Chefredaktor CH Media:** Patrik Müller (pmü).

**Geschäftsführung:** Dietrich Berg.

**Chief Product Officer:** Mathias Meier.

**Werbemarkt:** Markus Fischer, Paolo Placa.

**Lesermarkt:** Bettina Schibli.

### Redaktion

**Chefredaktor:** David Egger (deg).

**Limmattal:** Ruedi Burkart (rubu.); Lukas Elser (lue); Virginia Kamm (vir. stv. Chefredaktorin), Lydia Lippuner (lyl); Martin Rupp (mru); Florian Schmitz (flo).

**Zürich:** Sven Hoti (sho); Matthias Scharrer (mts, stv. Chefredaktor).

**Sport:** Marcel Kuchta (ku, Leitung); Nik Dömer (ndö); Frederic Häni (fth); Silvan Hartmann (sha); Martin Probst (mpr); Raphael Wermelinger (raw); Stefan Wyss (stw).

**Online:** Jürg Krebs (jk, Leiter Online Nordwestschweiz); Alessandro Crippa (cri, Co-Stv); Philipp Herggen (phh, Co-Stv); Maria Brehmer (mbr); Nicole Caola (nic); Anes Filan (fan); Sandra Havenith (has); Philipp Indermühle (pin); Nicole Manojlovic (nmk); Catarina Martins (cam); Alexandra Pavlovic (lex); Lukas Scherrer (luk); Christine Wulschlieger (cww); Nadja Zeindler (zen).

**Datenjournalismus:** Stefan Trachsel (trs, Leitung); Zoe Gewerder (zg); Tim Naef (tn); Ruben Schönenberger (rus); Alexandra Stark (as); Mark Walther (mwa).

**Video-Unit:** Jürg Krebs (Leitung); Roman Loeffel (rl, Teamleitung); Nicole Caola (nic); Sarah Wagner (swa).

**Leserbriefe:** Heinz Härdi.

### Zentralredaktion CH Media

**Chefredaktor:** Patrik Müller (pmü).

**Stv. Chefredaktoren:** Doris Kleck (dk), Yannick Nock (yno, Leiter Online), Raffael Schuppisser (ras)

**Leitung Produktion & Services:** Robert Bachmann (Mitglied

der Chefredaktion), Detlef Truckenmüller (Stv)

**Inland und Bundeshaus:** Anna Wanner (wan), Co-Ressortleiterin; Doris Kleck (dk), Co-Ressortleiterin; Christoph Bernet (cbe); Maja Briner (mjb); Stefan Bühler (sbü.); Michael Graber (mg); Henry Habegger (hay); Kari Källin (kä); Benjamin Rosch (bro); Samuel Thoni (sat); Othmar von Matt (att); Reto Wattenhofer (rwa); Joëlle Weil (jwe, Podcast).

**Ausland:** Fabian Hock (fho), Ressortleiter; Natasha Hähni (nah); Bojan Stula (bos).

**Wirtschaft:** Florence Vuichard (fv), Leitung; Ann-Kathrin Amstutz (aka); Stefan Ehrbar (ehs); Christian Mensch (cm); Pascal Michel (mpa); Niklaus Vontobel (nav); Benjamin Weinmann (bwe); Daniel Zulauf (dz).

**Reporter:** Francesco Benini (be, Leitung Meinung und Blattmacher); Jürg Ackermann (ja); Andreas Maurer (mau); Kurt Peldi (K.P.); Pascal Ritter (rit); Deborah Stoffel (des).

**Kultur:** Julia Stephan (jst, Team-Leitung); Christian Berzins (bez); Hansruedi Kugler (hak); Stefan Künzli (sk); Daniele Muscionico (MD); Anna Raymann (ray); Julian Schilt (js); Tobias Sedlmaier (tsm).

**Leben/Wissen:** Sabine Kuster (kus), Teamleiterin; Annika Bangarter (aba); Bruno Knellwolf (kn.); Rahel Empl (rae); Linda Leuenberger (ll); Stephanie Schnydrig (sny).

**Sport:** François Schmid (fsc, Leitung); Raphael Gutzwiller (rg); Simon Häring (sh); Gina Kem (keg); Rainer Sommerhalder (rs); Dominic Wirth (dow); Etienne Wullemmin (ewu).

**Korrespondenten:** Stefan Brändle (Paris); Hansjörg Friedrich Müller (Berlin); Remo Hess (Brüssel); Renzo Ruf (Washington).

**Produktentwicklung:** Jolanda Riedener (jor).

**Art Director:** Micha Wermli (mia).

**Bildredaktion:** Bernhard Vesco (Leitung), Patrick Federli; Fotografen: Sandra Ardizzone (san), Severin Bigler (sbi); Alex Spichale (asp), Andrea Zahler (aza).

**Infografik:** Stefan Bogner (stb, Leiter); Jana Gattmann (jga); Oliver Marx (mop); Leoni Tobia (let).

**Produktion:** Martin Moser (Leitung), Guido Savian (Stv), Micha Wermli (Stv), Steffi Bucher, Dirk Buchser (dcb), René Eng, Tobias Granwehr, Daniel Holliger, Sarah Löffredo, Patrik Schneider, Sandra Stalder, Marius Vogelmann, Corinne Wiesmann.

**Assistenz:** Antonia Imondi.

**Stagiaries:** Maximilian Jacobi (mja); Adrian Kamber (kam); Lisa Kwasny (kw); Nuri Langenkamp (nlk); Isabel Langer (la); Emil Rohrbach (ero); Leandra Sommaruga (sol); Robin Walz (wro).

**Hauptredaktion**

Neumattstrasse 1, 5001 Aarau, Telefon 058 200 57 57, E-Mail [redaktion@limmattalerzeitung.ch](mailto:redaktion@limmattalerzeitung.ch), [www.limmattalerzeitung.ch](http://www.limmattalerzeitung.ch)

**Service**

**Inserate:** Telefon 058 200 57 77, E-Mail [inserate@limmattalerzeitung.ch](mailto:inserate@limmattalerzeitung.ch)

**Leiterin Verkauf:** Claudia Marti

**Abonnement:** Telefon 058 200 55 55, E-Mail [aboservice@chmedia.ch](mailto:aboservice@chmedia.ch)

**Druckerei:** CH Media Print AG, Neumattstrasse 1, 5001 Aarau.

**Leitung:** Heinz Meyer

**E-Mail:** [print@chmedia.ch](mailto:print@chmedia.ch)

**Ombudsmann CH Media:** Hans Fahrländer, Ombudsstelle-AZMedien@chmedia.ch, CH Regionalmedien AG,

Ombudsstelle, Neumattstrasse 1, 5001 Aarau

**Auflage und Leserzahlen:** Verbreitete Auflage: 4867 Ex. (WEMF 2023). Davon verkaufte Auflage: 4575 Ex. (WEMF 2023). Verbreitete Auflage Gesamtausgabe Nordwestschweiz: 107 673 Ex. (WEMF 2023). Davon verkaufte Auflage: 101 252 Ex. (WEMF 2023). Leser: 321 000 (MACH Basic 2022-2). Verbreitete Auflage Gesamtausgabe CH Media: 292 018 Ex. (WEMF 2023). Davon verkaufte Auflage: 273 333 Ex. (WEMF 2023).

**Copyright Herausgeberin.**

**Beteiligungen der CH Regionalmedien AG unter [www.chmedia.ch](http://www.chmedia.ch).**

**Herausgeberin:** CH Regionalmedien AG, Neumattstrasse 1, 5001 Aarau. Die CH Regionalmedien AG ist eine 100-prozentige Tochtergesellschaft der CH Media Holding AG.

**ch media**