

vipp Schulpsychologie Newsletter Nr. 13

1. Begrüssung zur 13. Ausgabe.....	1
2. Hochsensibilität.....	2
3. vipp-Weiterbildung «Vom Hirn zum Lernen».....	2
4. Resilientisch – über Sprache zu innerer Stärke.....	2
5. Engagement zu aktuellen Themen im Zusammenhang mit Krieg und Trauma.....	3
6. Reorganisation Begleitende Angebote BIZ	4
7. Schule und Psychologie in der Presse.....	4
8. Empfehlenswerte Literatur und Links.....	5

1. Begrüssung zur 13. Ausgabe

Liebe Leser*innen

Wir freuen uns, Ihnen die **13. Ausgabe des «vipp Schulpsychologischer Newsletter»** präsentieren zu können.

In dieser Ausgabe beschäftigen wir uns mit dem Thema **Hochsensibilität**, geben Einblick in die vergangene Fortbildung von **Lutz Jäncke** – der versucht, aktuelle Erkenntnisse der kognitiven Neurowissenschaften in den Schulalltag zu integrieren – und widmen uns der Thematik **Resilienz**.

Ausserdem verweisen wir auch auf die Auseinandersetzung mit aktuellen Themen im Zusammenhang mit **Krieg und Trauma**. Dazu werden wir Ihnen die **Engagements** des Schuldiensts Rontal und Schuldienst Rothenburg vorstellen.

Darüber hinaus möchten wir Sie auf die Reorganisation der **Begleitende Angebote BIZ** (Beratungs- und Informationszentrum für Bildung und Beruf) aufmerksam machen.

Abschliessend gibt es noch einige interessante **Literaturhinweise, Presseberichte** und **Podcasts** zum Thema Psychologie und Erziehung.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen!

Redaktionsteam:

Selina Anderhub, SPD Hochdorf (Leitung Redaktionsteam)

Ines Müller, SPD Rontal

Myriam Achermann, SPD Kriens

Denise Eichenberger, SPD Willisau

Eva Buholzer, SPD Sursee

Natascha Zoller, SPD Rontal

Claudia Pecorari, SPD Hochdorf (Vorsitzende Sektion Schulpsychologie Kt. Luzern)

2. Hochsensibilität

Andrea Willnauer vom Schulpsychologischen Dienst Rothenburg hat einen Artikel zum Thema Hochsensibilität verfasst. Aktuell erscheinen viele Artikel in den Medien zu diesem Thema, und es melden sich auch zunehmend Eltern beim Schulpsychologischen Dienst und wollen wissen, ob ihr Kind eventuell hochsensibel sei. In diesem Artikel wird beschrieben, was wir Schulpsycholog*innen unter Hochsensibilität verstehen und worin die Problematik für uns besteht. [Zum Artikel \(PDF\)](#)

3. vipp-Weiterbildung «Vom Hirn zum Lernen»

Am 17. November 2022 fand die vipp-Weiterbildung zum Thema «Vom Hirn zum Lernen» durch den bekannten Neurowissenschaftler Prof. Dr. Lutz Jäncke statt. Auf anschauliche und unterhaltsame Weise wurde dabei aufgezeigt, was beim Lernen in unserem Gehirn passiert und welche Auswirkungen dies für den Umgang mit Kindern und Jugendlichen in der Schule hat. Eine von vielen wichtigen Botschaften dabei war, dass die im Stirnhirn bzw. Frontalkortex lokalisierten Funktionen wie Konzentration, Selbstdisziplin, Planen und Vorausschauen bis ins 18. Lebensjahr reifen. Dies bedeutet, dass Eltern und Lehrpersonen das fehlende Stirnhirn zu einem Teil quasi ersetzen müssen, bis dieses voll ausgereift ist, indem sie Grenzen setzen und für Struktur im Alltag sorgen – dies beispielweise bei der Kontrolle von Medienkonsum. Gleichzeitig sollen in der Schule und in der Freizeit genügend Möglichkeiten und Anregungen geschaffen werden, um wichtige Funktionen wie beispielsweise die Selbstdisziplin gezielt zu trainieren.

Zwei interessante Interviews mit Prof. Dr. Lutz Jäncke, welche wichtige Inhalte der Weiterbildung zusammenfassen, finden sich in vergangenen Fritz und Fränzi Ausgaben: [«Eltern müssen ihre Kinder viel mehr führen»](#) (6.4.2021) und [«Herr Jäncke, warum fällt Kindern das Lernen schwer?»](#) (5.2.2018).

4. Resilienisch – über Sprache zu innerer Stärke

Hinfallen – aufstehen – Krönchen richten – weitergehen! Mit Resilienz ist die innere Widerstandskraft gemeint, die Fähigkeit, nach Krisen oder Stress wieder in ein Gleichgewicht zu finden. Der Begriff kommt aus dem Lateinischen *resilire*, das so viel wie zurückspringen bedeutet. Ähnlich wie unser Immunsystem eine Antwort auf eine Grippe finden muss, stärkt es unser psychisches Immunsystem, wenn wir Krisen meistern. Ein Kind durch einen schwierigen Moment zu begleiten hat viel damit zu tun, wie Bezugspersonen, sei es Eltern oder Lehrpersonen, mit ihm sprechen. Nora Völker von der [Akademie für Lerncoaching](#) ist Gründerin der [Resilienz Schule](#) und hat in diesem Zusammenhang einen eigenen Begriff geprägt: Resilienisch. Damit ist eine Sprache gemeint, die die Resilienz des anderen (und einem selbst) stärkt. Was Kinder in stressigen Situationen immer wieder erleben, die Worte und Haltung des Gegenübers, wird über die Zeit zu ihrer inneren Stimme. Resilienisch zu sprechen bedeutet, sich bewusst um eine stärkende Sprache zu bemühen. Die Grundstruktur setzt sich bei diesem Ansatz aus drei Hauptkomponenten zusammen: Situation beschreiben – Emotionen benennen – Lösungsmöglichkeiten einbeziehen.

Ganz ähnlich wie beim Erlernen einer neuen Sprache, fühlt sich das am Anfang fremd an. In [Weiterbildungskursen](#) für Eltern und Fachpersonen wird an der Resilienz Schule die Grundstruktur von Resilienisch trainiert und ein Vocabular aufgebaut. Aktionskarten mit diversen Situationsbeispielen für Eltern und Lehrpersonen dienen als Hilfestellung und können bei Beratungsterminen wunderbar eingesetzt werden.

Die Gehirnampel kann verwendet werden, um den Stresslevel des Kindes (und einem selbst) in der entsprechenden Situation zu reflektieren und Lösungsmöglichkeiten abzuleiten. [Fit for Future](#) arbeitet mit der Resilienz Schule zusammen und bietet in der ganzen Schweiz Lehrpersonen-Workshops zum Thema Resilienzförderung an. Das vielseitige [Anschauungsmaterial](#) für Beratungen kann bei der Organisation bezogen werden.

5. Engagement zu aktuellen Themen im Zusammenhang mit Krieg und Trauma

Weiterbildungsangebot zum Thema Trauma und Traumafolgestörungen

Der Schulpsychologische Dienst Rontal führte im September ein Weiterbildungsangebot für Lehrpersonen und weitere Interessierte zum Thema Trauma und Traumafolgestörung durch. Der Fokus der Weiterbildung lag auf den Auswirkungen auf die Schule sowie dem entwicklungsfördernden Umgang damit im Unterricht. Das Weiterbildungsangebot stand allen kantonalen Schuldienstkreisen offen. Die Schulpsycholog*innen vermittelten fachliches Wissen zu Trauma und Traumafolgestörung und gaben Hinweise zum Umgang mit traumatisierten Kindern im Unterricht. Durch den Krieg in der Ukraine sind die Schulen derzeit vermehrt mit potentiell traumatisierten Kindern konfrontiert. Aber nicht nur Kinder mit Fluchterfahrungen, sondern auch vermeintlich behütete Kinder aus der Schweiz können an einer Traumafolgestörung leiden. Laut Statistik sitzt im Durchschnitt in jedem Schulzimmer ein traumatisiertes Kind. Daher ist es wichtig, dass Lehrpersonen und andere Fachpersonen fachliches Wissen zu Trauma und Traumafolgestörungen haben, um diese Kinder zu erkennen und ihnen diejenige Hilfe zu geben, die sie brauchen.

Bei Interesse an den Inhalten der Weiterbildung: Interessierte dürfen sich direkt an den [Schulpsychologischen Dienst Rontal](#) wenden.

Handlungspapier zur Unterstützung von Schüler*innen aus ukrainischem Kriegsgebiet durch Präventionsgruppen

Eine Arbeitsgruppe des Schuldienstes Rothenburg hat ein [Handlungspapier für die Durchführung eines Gruppenpräventionsprojektes für Schüler*innen aus ukrainischem Kriegsgebiet](#) erarbeitet. Das Handlungspapier, welches unter <https://www.schuldienste-rothenburg.ch/?ukraine> frei zur Verfügung steht, enthält Ideen zu modularen Gruppensitzungen für 10 Doppellektionen mit Vorlagen für den Einstieg, den Hauptteil und den Abschluss der Gruppensitzungen. Die Idee des Handlungspapiers ist es, in ausgewählten Kleingruppen stabilisierende, ressourcenaktivierende und resilienzfördernde Aktivitäten durchzuführen, die sowohl für die Kinder und Jugendlichen wie auch deren Eltern und Lehrpersonen unterstützende und psychoedukative Elemente sowie konkrete Handlungsansätze beinhalten. Ausgehend von der Tatsache, dass viele psychotherapeutische Angebote ausgelastet sind bzw. mit längeren Wartezeiten gerechnet werden muss, fokussiert das Handlungspapier damit auf erste konkrete Massnahmen und Stabilisierung vor Ort. Der Thematik möglicher traumatisierender Erlebnisse wird gezielt und präventiv Aufmerksamkeit geschenkt, um eine gelingende schulische Integration zu unterstützen.

6. Reorganisation Begleitende Angebote BIZ

Das BIZ (Beratungs- und Informationszentrum für Bildung und Beruf) ist die zentrale Kontaktstelle bei Fragen zu Ausbildung, Beruf und Laufbahn, welches sich an Jugendliche und Erwachsene im Kanton Luzern sowie an Personen in Ausbildung an einer Luzerner Bildungsinstitution richtet.

Beim BIZ gab es eine Reorganisation. Die Begleitenden Angebote des BIZ werden seit August 2022 als zwei Fachstellen geführt. Die neue [Fachstelle Berufsintegration](#) (PDF) umfasst Angebote von der Berufsintegrationsberatung (BIB) und vom Case Management Berufsbildung (CMB). Bei der [Fachstelle Psychologische Beratung Berufsbildung & Gymnasien](#) (PDF) sind die Dienstleistungen der ehemaligen Schulberatung für Berufsbildung und Gymnasien enthalten.

7. Schule und Psychologie in der Presse

Verhaltensauffälligkeiten im Kindergarten – Unterstützungsmöglichkeiten in der Volksschule

In der elpost-Ausgabe zum Thema Lebenslanges Lernen (Nr. 77 – Sommer 2022) gibt die Schulpsychologin Monika Kobel-Bärtschi (SPD Willisau) in einem [Artikel](#) (PDF) Auskunft über Verhaltensauffälligkeiten im Kindergarten und mögliche Unterstützungsangebote der Volksschule im Kanton Luzern. Die Idee und Anfrage für den Artikel erfolgten durch die Zusammenarbeit von Rosa Bischof (Kommunikation und Redaktion elpost) in der Funktion als Familiencoach und Monika Kobel-Bärtschi als Case-Managerin im Rahmen einer integrativen Sonderschulung im Bereich «Verhalten und sozio-emotionale Entwicklung».

Jungparteien machen grossen Mental-Health-Kompromiss – die Sache hat aber einen Haken

Die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen hat sich in den vergangenen Monaten drastisch verschlechtert. Dies zeigen aktuelle Daten der Stiftung «Pro Juventute»: Die Anzahl der notwendigen «Kriseninterventionen» durch das Sorgen- und Beratungstelefon 147 ist rapide angestiegen. Die Stiftung ist alarmiert, weil helfende Angebote stark ausgelastet sind und Jugendliche in Not lange Wartezeiten ertragen müssen. Die Spitzen der Jungparteien wollen gemeinsam die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen verbessern. Sie fordern zusammen mit «Pro Juventute» Massnahmen von der Politik. Unter den Jungparteien gab es unterschiedliche Vorstellungen zur Frage, wieso es genau diese Massnahmen brauche und was sie in der Praxis konkret bedeuten würden. Von Petar Marjanović, 10. November 2022, Watson. [Zum Artikel \(PDF\)](#)

8. Empfehlenswerte Literatur und Links

Die **Organisation «Achtsame Schulen Schweiz»** hat für Lehrpersonen und schulische Fachkräfte mit Flüchtlingskindern aus der Ukraine und anderen Ländern eine [Ressourcensammlung](#) zusammengestellt, um den feinfühligem Umgang mit Traumata im Klassenzimmer zu fördern.

Der [Ratgeber «Und plötzlich steht alles Kopf»](#) des Vereins «Hilfe für hirnerkrankte Kinder (hiki)» wurde auf der Basis aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse überarbeitet und erweitert. Es finden sich wichtige Hintergrundinformationen über die Schwierigkeiten, mit denen Lernende mit Hirnerkrankungen konfrontiert sein können, sowie praktische Tipps für Lehr- und Fachpersonen.

Das Buch, von dem du dir wünschst, deine Eltern hätten es gelesen (und deine Kinder werden froh sein, wenn du es gelesen hast) – so lautet der Titel dieses besonderen Erziehungsratgebers von Philippa Perry (ISBN: 978-3-550-20074-8). Die englische Psychotherapeutin zeigt darin auf, wie Erfahrungen aus der eigenen Kindheit das Erziehungsverhalten von Eltern beeinflussen und wie negative Verhaltensmuster durchbrochen werden können.

Im **Podcast [PSYCHOLOGOS](#)** wird im Rahmen von Expertengesprächen Auskunft über häufige psychische Erkrankungen und aktuelle gesellschaftspolitische Diskurse gegeben.

Weitere spannende Videos und Podcasts zu Themen aus der Kinder- und Jugendpsychologie finden sich auf [Kosmos Kind](#). Expert*innen aus verschiedenen Disziplinen wie beispielsweise der Entwicklungspädiatrie, Pädagogik oder Psychologie wenden sich in den Vorträgen an Eltern, Lehrpersonen und alle, die sich um die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen kümmern.