

Schulpsychologin Vera Bahle



Meine Telefonsprechzeiten:

Mittwoch

von 10:35 Uhr bis 11:20 Uhr

unter der

Telefonnummer: 09852-70 33 98 922

E-Mail schulpsychologin@gymnasium-feuchtwangen.de

Beratungstermine:

Nach Vereinbarung im Gymnasium Feuchtwangen,

Raum E 012

Liebe Schülerinnen und Schüler, liebe Eltern, liebe Kolleginnen und Kollegen,

am Gymnasium Feuchtwangen finden die Schülerinnen und Schüler mit ihren Anliegen vielfältige Ansprechpartner und Unterstützer. Ein Puzzleteil in der Unterstützungs- und Beratungslandschaft unserer Schule ist die **schulpsychologische Beratung**. Als Schulpsychologin stehe ich seit 2013 bei Bedarf allen Mitgliedern unserer Schulfamilie beratend zur Seite.

Was ist schulpsychologische Beratung und wie läuft ein Beratungsgespräch ab?

Schulpsychologische Beratung ist ein **freiwilliges**, kostenloses **Angebot**. Die Gespräche finden in einem geschützten Rahmen statt und sind **vertraulich**.

Im Gespräch wird nach einer ersten Phase des Kennenlernens und Ankommens der Anlass des Gesprächs (das „Problem“) geschildert. Bei der Beschreibung des Problems und möglicher Bedingungsfaktoren wird die schulische Situation und die Persönlichkeit der Kinder und Jugendlichen ganzheitlich betrachtet. Auch familiäre und andere außerschulische Einflüsse können hier mit einbezogen werden. Mein Ziel ist es dabei, die besonderen individuellen Ressourcen (also die eigenen Ideen, Stärken, Fähigkeiten und sozialen Unterstützungsnetzwerke) der Schüler herauszuarbeiten und wieder erlebbar zu machen. Wir verharren im Gespräch nicht beim „Problem“, sondern wenden uns möglichen ersten Schritten in Richtung einer Lösung des Problems zu. Je nach Bedarf können Folgegespräche vereinbart werden.

Wie läuft schulpsychologische Beratung unter den momentanen Umständen ab?

*Es freut mich, dass derzeit wieder **persönliche Beratungsgespräche** an unserer Schule möglich sind. Dabei gilt unser **schulisches Hygienekonzept (Alltagsmaske und mindestens 1,5 m Abstand)**. Alternativ stehe ich allen Mitgliedern der Schulfamilie gerne auch zur **telefonischen Beratung** zur Verfügung. Bitte kontaktieren Sie mich bei Bedarf per E-Mail (oder auch während meiner Telefonsprechzeiten) zur Vereinbarung eines persönlichen (oder telefonischen) Beratungsgesprächs.*

Mit welchen Anliegen kann man sich an die Schulpsychologin wenden?

Schüler, Eltern und Kollegen können sich in all jenen problematischen Situationen an mich wenden, die im Zusammenhang mit dem Schulalltag stehen, die sich also auf ihr Wohlergehen in der Schule auswirken. Häufige Beratungsanliegen sind z.B.:

- **Schulleistungsprobleme** oder plötzlicher Leistungsabfall, u. a. im Zusammenhang mit Defiziten im Lern- und Arbeitsverhalten der Schüler, Konzentrationsschwierigkeiten, mangelnder Motivation, Angst vor Prüfungssituationen oder Schulangst
- gravierende **Schwierigkeiten im Bereich des Lesens und/oder des Rechtschreibens**
- schulische oder familiäre **Krisensituationen** (z.B. Trennung, Erkrankung, Todesfall)
- **soziale Probleme** (Isolation, Ausgrenzung)
- **Beeinträchtigungen der Persönlichkeitsentwicklung** oder selbstschädigende Verhaltensweisen (z.B. Ritzen, Selbstmordgedanken, Suchtverhalten, Essstörungen)
- **medizinische Beeinträchtigungen**, die einer besonderen Berücksichtigung bedürfen

Wo liegen die Grenzen der schulpsychologischen Beratung?

Manchmal kostet es vielleicht Überwindung die Schulpsychologin zu kontaktieren. Unsere Vorstellung von „Psychologen“ ist vielfach geprägt durch stereotype Darstellungen in Romanen und Filmen. Es kommt einem schnell der Begriff „Therapie“ in den Sinn. Schulpsychologische Beratung ist aber **keine Psychotherapie**. Vielmehr erhalten Schüler, Eltern oder Kollegen die Möglichkeit, in einem geschützten Rahmen ihre Situation zu schildern. In Gesprächen werden die Ratsuchenden bei der Entwicklung und Umsetzung individueller Lösungsschritte unterstützt. Meist handelt es sich dabei um persönliche oder soziale Schwierigkeiten im Schulalltag und nicht um schwerwiegende klinische Symptome.

Auch aufgrund der zeitlichen Rahmenbedingungen kann der Kontakt zum Schulpsychologen nicht so engmaschig sein wie in einer Therapie.

Bei umfassenderen Problemen kann ich als Schulpsychologin eine **erste Anlaufstelle** sein und dabei helfen, Möglichkeiten für eine **optimale Weiterversorgung** (z.B. durch Ärzte, Psychotherapeuten, Jugendhilfe) auszuloten. Auf Wunsch begleite ich Schüler und Eltern dabei auch weiterhin als schulische Ansprechpartnerin.

Wie kommt ein Beratungsgespräch zustande?

Beratungsgespräche finden nach **individueller Terminvereinbarung** in **Raum E 0.12** statt. Sie erreichen mich per E-Mail an schulpsychologin@gymnasium-feuchtwangen.de oder auf direktem Wege während meiner **Telefonsprechzeiten mittwochs von 10.35 Uhr bis 11.20 Uhr** unter der Telefonnummer **09852 70 33 98 922** oder. Darüber hinaus sind auch Terminvereinbarungen über unser **Sekretariat** möglich (**Tel. 09852 722**).

An wen können sich Kinder und Jugendliche noch wenden, wenn sie Hilfe suchen?

Liebe Schülerin / Lieber Schüler,

Für die meisten Situationen im Leben bist du mit all deinen Fähigkeiten und Stärken und mit der Unterstützung deiner Familie und deiner Freunde bestens gerüstet! Du kannst viele Probleme aus eigener Kraft lösen.

Manchmal wird ein Problem jedoch größer, so dass es dich stärker oder auch länger belastet. Für diesen Fall gilt: **Du brauchst mit einem Problem nicht allein zu bleiben!** Nutze zum Beispiel unser **schulisches Beratungsangebot** und wende ich an eine Lehrkraft Deines Vertrauens, an unsere Stufenbetreuer, an unsere Verbindungslehrkräfte, an unsere Schulseelsorgerin, an unsere Beratungslehrer oder an mich.

Zusätzlich haben wir für Dich auf unserer Schulhomepage unter der Rubrik „**Ansprechpartner in Notlagen**“ eine Übersicht mit weiteren, Hilfsangeboten außerhalb der Schule zusammengestellt.

Sich in schwierigen Situationen Hilfe zu holen, ist ein Zeichen von Stärke und kann ein erster wichtiger Schritt in Richtung einer positiven Veränderung sein!



Vera Bahle, Staatliche Schulpsychologin

Stand: September 2020