



Ich bin morgens oft müde. Ich habe Angst zur Schule zu gehen.



Seitdem ich eine Erkrankung habe, kann ich mich in der Schule nicht gut konzentrieren. Ich verpasse viel Unterrichtsstoff.

Bei dem Gedanken an die Schule spüre ich häufig schon abends Kopf- oder Bauchschmerzen. Ich möchte gerne, dass ich entschuldigt werde.



**Du bist damit nicht alleine.**  
Der regelmäßige Schulbesuch ist für andere Kinder und Jugendliche auch schwer.

## Was kann ich machen?

- » Viele **entschuldigte** oder auch unentschuldigte **Fehltage** sind auf Dauer keine gute Idee. Überlege, zu wem du am meisten Vertrauen hast und versuche mit dieser Person zu sprechen. Das können Eltern, deine Lehr\*innen, Sozialarbeiter\*innen, Ärzt\*innen, Beratungs- oder Vertrauenslehrkräfte sein.
- » Wolfsburger Schulen haben die Möglichkeit, mit dir ein **SEM-Verfahren** durchzuführen:
  1. Gemeinsam mit dir und deinen Eltern überlegen sie, was die Gründe für dein Fehlen sein können.
  2. Es werden Vorschläge gesammelt, die dir helfen können, wieder regelmäßig zur Schule zu gehen.
  3. Wenn du nicht die Kraft hast, einen ganzen Schultag zu schaffen, kannst du dich auch **schrittweise** wieder an den regelmäßigen Schulbesuch gewöhnen.

**Frag** doch in der Schule mal nach **SEM**.

## Wer kann mir helfen?

- » Auf der Plattform „Wolfsburger Lupe“ findest du unter „Merklisten“ verschiedene Einrichtungen, die dir Hilfe und Unterstützung anbieten.



## Wo finde ich weitere Informationen?

- » Hier kannst du dich ausführlicher über das SEM-Verfahren informieren



**Cordula Lüken**  
Projektleitung SEM  
✉ cordula.lueken@stadt.wolfsburg.de  
☎ 05361 28-1745

Stand: April 2024

