

Wenn die Schule wieder öffnet

1. Grundlegende Gedanken und hilfreiche Hinweise

Die ersten Schultage nach einer langen Zeit ohne direkten Kontakt untereinander stellen für die Schüler/-innen und Lehrer/-innen eine außergewöhnliche Situation dar.

Viele werden sich freuen, dass sie die Klassenkameraden/-innen und Freunde/-innen wieder im gewohnten Umfeld treffen können, dass die Lehrkräfte wieder als direkte Ansprechpartner/-innen – face to face – und nicht nur telefonisch und/oder digital erreichbar sind.

Zugleich spielen die Erlebnisse der vergangenen Wochen ohne Schule und die verschiedensten Fragen bezüglich dieser Ausnahmesituation in die Begegnungen mit hinein:

- Sind alle wieder zurück?
- Wer war alles am Virus erkrankt?
- Bei wem sind/waren Familienangehörige betroffen?
- Wie geht es den Familienangehörigen im weiteren Umfeld/im Ausland?
- Ist jemand aus dem Verwandten- oder Bekanntenkreis verstorben?
- Wie (ver-)lief das Familienleben während der Kontakt- und Ausgangsbeschränkungen?
- Wie geht es den Eltern beruflich?
- Waren sie ohne Arbeit oder mussten sie voll arbeiten?
- Musstet ihr alleine zu Hause sein?
- (Wie sieht die wirtschaftliche Situation aus,) wie geht es für die Familie weiter?

Und auch ganz praktische Fragen über das Lernen zu Hause bzw. in der Schule stellen sich:

- Wie ging`s beim Homeschooling?
- Wie waren die technischen Voraussetzungen zu Hause?
- Waren die Aufgaben zeitlich machbar?
- Welche Hygieneregeln für die Schule sind jetzt einzuhalten?
- Welche Fächer werden unterrichtet werden?
- Werden wir in Gruppen aufgeteilt?
- Wie verbringen wir die Pausen? Gibt es Pausen

All das wird die erste/-n Stunde/-n des Miteinanders prägen und evtl. auch unausgesprochen im Raum stehen, ohne dass die Schüler/-innen dies artikulieren wollen bzw. können.

Je nach Schulart und Jahrgangsstufe wird der erste Schultag unterschiedlich gestalten werden:

- An Grund-, Mittel- und Förderschulen, an denen das Klassleiterprinzip im Vordergrund steht, werden die Schüler/-innen den ersten Schultag sicherlich (überwiegend) mit ihrer jeweiligen Klassenlehrkraft gestalten.
- An den anderen Schularten, mit Fachlehrerunterricht, muss überlegt werden, wie die ersten Stunden ablaufen sollen, ob die Klasseleitung mehrere Stunden in der Klasse am Block übernimmt.

Für alle, Schüler/-innen wie Lehrkräfte gilt in diesen besonderen Zeiten jedoch:

- **Normalität gibt Halt und Orientierung in dieser unsicheren Zeit:**
 - Die Schulgong strukturiert den Vormittag – auch wenn vermutlich der Unterricht (noch) nicht nach dem normalen Stundenplan verläuft.
 - die Schulregeln/Hausordnung sind immer noch in Kraft; besondere Hygieneregeln kommen aber noch hinzu.
 - Der Unterricht mit Aufgaben und Hausaufgaben findet wieder statt; das gibt dem Tag Struktur.
 - Vieles wird aber anders sein, als gewohnt:
 - die Abstände,
 - die Anzahl der Kinder in der Klasse,
 - die Gestaltung der Pausen.
- **Angebote (altersgemäß) sollen zur Bewältigung angeboten werden:**
 - Gespräche über das Erlebte
 - sensibles Zuhören – nicht alles wird durch Worte kommuniziert.
 - unterschiedliche Bewältigungsstrategien müssen akzeptiert werden (vgl. Erstreaktionen)
 - nicht alles wird am ersten Tag zur Sprache kommen (können).

Sollten Schüler/-innen traumatische Erfahrungen gemacht haben, sollte die/der zuständige Schulpsychologe/-in, das Krisenteam der Schule, die Schulsozialarbeit oder einbezogen werden.

Psycholog/-innen und Traumaforscher/-innen betonen, dass die objektive Notfallschwere nicht zwangsläufig der subjektiv empfundenen Belastung entsprechen muss. Es zählt allein das psychische Erlebnis, wenn sich Kinder und Jugendliche diesem dabei ausgeliefert gefühlt haben, und es von ihnen als beängstigend erlebt wurde.

2. Belastungsfaktoren

welche in den vergangenen Wochen der Corona-Pandemie entstanden sein können:

- **Neuheit, fehlendes Wissen:**

Es gibt keine Vorerfahrungen, die vergleichbar sind – auch Erwachsene konnten dabei nicht mit Wissen stützen. (Bei www.aetas-kinderstiftung.de sind dazu Handreichungen für Erwachsene und Kinder zu finden: auf unserer Homepage <https://schuleru-augsburg.de/schule-in-zeiten-von-corona> im Container: Hilfreiche Tipps für Lehrkräfte und Schulleitungen – Dateien: Psychosoziale Unterstützung)

- **Hilflosigkeit**

Der Umgang mit einer neuen und emotional belastenden Situation ohne Vorerfahrung und ohne sichere Informationen ist schwer und löst Verunsicherung aus.

- **Sprachlosigkeit**

Seelische Belastungen können gerade jüngere Kinder noch nicht in Worte fassen. Das Aussprechen selber kann ebenfalls als Belastung empfunden werden, da oft die Vorstellung herrscht, es dadurch noch schlimmer zu machen.

- **Vertraute Bezugspersonen**

Wenn diese durch die Pandemie erkrankt sind, fehlt die stützende Stabilität. War das Kind selbst erkrankt und musste in die Klinik, ist diese Situation mit all den technischen Geräten und der Isolation an sich schon eventuell traumatisch gewesen.

Die Folgen daraus können Ängste, Depressionen, Schuld- oder Schamgefühle sein. Körperliche Beschwerden und auftretende Störungen, wie sich aufdrängende Erinnerungen, Konzentrationsstörungen, kreisende Gedanken, Bauch- oder Kopfschmerzen sind dabei normale Reaktionen.

Die veränderten Verhaltensweisen sind für die Lehrkräfte am ehesten wahrnehmbar und besonders im Blick zu behalten.

- **Familiäre Isolation**

Die Ausgangsbeschränkungen führten oftmals dazu, dass Familien – oft auf engstem Raum – in ihren Wohnungen leben, arbeiten und lernen mussten. Damit können vielfältige familiäre Belastungen und Konflikte, evtl. auch körperliche Gewalt verbunden sein. Auch die wirtschaftliche Unsicherheit und die damit verbundenen Sorgen, die Familien jetzt haben, verstärkt das Konfliktpotential. Auch dies gilt es sensibel wahr zu nehmen, gerade auch, um dann eventuell die Schulsozialarbeit mit ins Boot zu holen oder an Fachstellen (Familienberatung, Schuldnerberatung, etc.) vermitteln zu können

3. Bewältigungsstrategien

- **Kinder und Jugendliche ernstnehmen**

- Ihre Ressourcen werden häufig eher unter-als überschätzt.
- Sie sollen ihre Bedürfnisse äußern können und sagen, was sie jetzt tun möchten (immer unter Beachtung dessen, was schultechnisch/aufsichtspflichtmäßig möglich ist).

- **Informieren**

- Auf Fragen offen und ehrlich antworten; wenn auf bestimmte Fragen keine Auskunft erteilt werden darf, dann dies so benennen.
- Krankheits- und Todesfälle innerhalb der Schulgemeinschaft nicht verschweigen, sofern kein Auskunftsverbot vorliegt.
- Auch Fragen nach Pandemien und möglichen Folgen für die Zukunft nicht ausweichen.
- Zugleich den hoffnungsvollen und optimistischen Blick in die Zukunft eröffnen.

- **Ausdrucksmöglichkeiten schaffen**

- Kreative, kognitive und körperliche Betätigungen sind meist hilfreich. Dies kann z. B. über malen, Musik, gestalterisches Arbeiten, kreatives Schreiben, bei jüngeren Kindern auch durch Rollenspiele geschehen.
- Manche Menschen brauchen jedoch Zeit, um ihre Erlebnisse mitzuteilen- nicht alles wird gleich am ersten Tag zum Ausdruck gebracht werden. Oft ermöglicht erst das Gefühl einer gewissen Routine

und Sicherheit bei Kindern und Jugendlichen die Offenheit sich zu äußern. Deshalb sollten Angebote zum Gespräch und kreativen Tun immer wieder gemacht werden.

- **Umgang mit Schuldgefühlen**

Die Ansteckung könnte über ein Kind innerhalb der Familie oder im Bekanntenkreis erfolgt sein. Dies kann mit großen Schuldgefühlen verbunden sein. Ein offenes und entlastendes Gespräch ist hier notwendig und wichtig – gerade, weil zu Beginn der Pandemie ein lockerer Umgang mit den Kontakt(schutz)beschränkungen, dessen Auswirkungen man sich noch nicht bewusst war, tatsächlich zu Ansteckungen geführt haben könnte. Eventuell sollte man auch noch den allgemeinen Punkt anfügen, dass es keine Schuldigen gibt für diese Krise, auch um rassistischen Tendenzen Einhalt zu gebieten

- **Ungewöhnliche Verhaltensweisen tolerieren**

- Die Schüler/–innen ermutigen, das zu tun, was ihnen guttut (im Rahmen des Möglichen – siehe oben)
- Die Schüler/–innen zu gegenseitiger Toleranz auffordern: Nicht jeder reagiert gleich!

- **Bezugspersonen einbeziehen**

- Für jüngere Schüler/–innen: Erwachsene, auch Lehrkräfte, stellen in Notfallsituationen Orientierung und Sicherheit dar.
- Für ältere Schüler/–innen: Gleichaltrige, Klassenkamerad/–innen und Freund/–innen, stützen am besten in Notfallsituationen.

- **Resilienz aufbauen**

Es geht darum, sich bewusst zu machen, welche Möglichkeiten in uns stecken, Stress und Krisen zu bewältigen:

- die Situation akzeptieren, so wie sie ist
- kreativ mit den veränderten Verhältnissen umgehen und Lösungen finden
- Planung der eigenen näheren, auch schulischen Zukunft
- der Zusammenhalt im Familien-, Freundes- und Bekanntenkreis
- das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten
- das Gefühl mit eigenen Fähigkeiten eine bereits erlebte Krise gut überstanden zu haben
- gemeinsames Lachen

- durch Bewegung körperlichen und seelischen Stress abbauen

4. Hilfen für die Arbeit in Klassen

• Ideen für den ersten Schultag

- Begrüßung durch die Lehrkraft
- Ausdrücken, dass man froh ist, wieder hier in der Klasse zu sein
- Ablauf des Tages vorstellen
- Grund-, Mittel-, Förderschule mit Klassenleiter/-innen-Unterricht:
 - > Altbekannte Erzählrituale nutzen, um Erlebtes zu berichten
 - > auf besonders belastende Ereignisse achten
- Andere Schularten mit Klassen mit Fachunterricht:
 - > Sich - wenn möglich - absprechen, wer eine Gesprächsrunde anbietet (nach Möglichkeit die Klassenleitung)
 - > möglichst vertraute, ritualisierte Unterrichtsformen anwenden
 - > Austausch unter den Fachlehrerkräften über die Erzählungen der Schüler/-innen
 - > Am Ende des ersten Schultages ein Ritual anbieten
- Übergänge brauchen besondere Handlungen (siehe Schultüte).
- Rituale können ein niederschwelliges Angebot dafür sein, sich wieder im Schulalltag einzufinden, den Übergang von Isolation und Kontaktsperre wieder in die Schulgemeinschaft und die Gesellschaft zu gestalten.

• Ideen für die erste Zeit

Bitte beachten Sie bei allen Angeboten die entsprechenden Hygiene- und Abstandsregelungen!!!!

- **Wie das Gespräch hilft**
 - > Gesprächsanlässe nutzen, dabei den Fokus auf das Positive legen und auch immer wieder
 - > Bewegungseinheiten anbieten (Partnergespräche, auf einer Skala aufstellen, Schlagwörter auf Plakaten notieren...):
 - Familienleben (Was hast du daheim erlebt? Wie war das Zusammensein in der Familie?)
 - Geschwisterbeziehung
 - Frei-Zeit (mehr Ruhe, kein Termindruck)

- > Selbständiges Lernen (Wie hat es geklappt, Wer hat dir geholfen? Was ist gelungen?)
 - > Gesicherte Informationen vermitteln, gegebenenfalls korrigieren
- **Was im Miteinander hilft**
 - > Nehmen Sie sich Zeit für die Schüler/-innen – es war eine außergewöhnliche Zeit mit außergewöhnlichen Erlebnissen!
 - > Jede/-r Einzelne hat ein eigenes Zeitbedürfnis, um wieder in die Normalität des Unterrichts zurückzufinden.
 - > Soziale Rituale helfen (Klassenrat, Kindersprechstunde, Sorgenbriefkasten, etc.)
 - > Unterstützen Sie die Kinder und Jugendlichen, damit sie wieder in den „realen“ sozialen Kontakt finden (Partner- und Gruppenarbeit, Spiele, Projekte)!
- **Wie der Unterricht helfen kann für eine gute Verarbeitung**
 - > Anlässe zum Sprechen über Gefühle geben und kreatives Schreiben anregen:
 - > passende Texte, Anregungen aus Bilderbüchern (z. B. Michael Snuit, Der Seelenvogel – Anthony Brown, Stimmen im Park – Dr. Seuss, Jeder Tag hat eine Farbe – Leo Lionni, Frederick – Mies van Hout, Heute bin ich – Daniele Kunkel, Das kleine Wir)
 - > Zeitungsartikel über die Corona-Krise schreiben
 - > Interview verschiedener Menschen im Umfeld über die Corona-Zeit
 - > Brief an den Corona-Virus schreiben
 - > Über Gegenstände, die rettend sein können, sprechen (Traumfänger, Rettungsringe, Luftballone = negative Gedanken fliegen lassen)
 - > Bei Todesnachrichten im Schulbereich Gedenkrituale gestalten bzw. gestalten lassen von den Schülern/-innen
 - > Bewegung und Musik
 - > Musikalische und sportliche Aktivitäten nutzen für Spaß und Spannungsabbau
 - > Information gibt Sicherheit: Stärkere Aufklärung über das Virus und die nötigen Gegenmaßnahmen, Hygienemaßnahmen thematisieren

- > Gehen Sie davon aus, dass die Kinder und Jugendlichen in der Heimarbeit sehr unterschiedlich begleitet wurden!
Sie befinden sich daher auf einem sehr unterschiedlichen Stand. Nehmen Sie sich Zeit und lassen Sie sich nicht von „versäumten Wissensthemen“ hetzen!
- > Evtl. kann eine Lernstandserhebung (Empfehlung: ohne Note und nicht gleich in der ersten Woche) Ihnen einen genaueren Überblick geben.
- **Wie Zukunftsperspektive hilft**
 - > Ausblick auf das restliche Schuljahr:
 - Terminübersicht, Kalender gestalten
 - Auskunft über Noten und Prüfungen
 - > positive Erlebnisse festhalten und evtl. im Klassenzimmer verankern („So haben wir die Krise gemeistert!“, „Das haben wir gelernt!“)
 - > neue (erreichbare) Ziele formulieren
 - > Projekte und Vorhaben für das Schuljahresende ins Auge fassen
- **Wie intensiver Elternkontakt unterstützend wirken kann**
 - > Ein Elternbrief der Klassenlehrkraft zum Schulstart (neben dem offiziellen Schreiben der Schulleitung) zeigt Interesse
 - > Vermehrte und flexible Gesprächsangebote bieten – die Eltern sind in Sorge um den Lernerfolg ihrer Kinder
 - > offene Sprechstunden anbieten
 - > Rückmeldung bei den Eltern einholen, ob es dringenden Gesprächsbedarf zu Ereignissen in der Familie gibt

5. Wenn zusätzliche Unterstützung bei auftretenden Problemen nötig scheint

Seien Sie bitte aufmerksam! Wir müssen davon ausgehen, dass ein Teil der Schüler/-innen, aber auch Kolleginnen und Kollegen in den letzten Wochen auch sehr belastende und verunsichernde Situationen erlebt haben.

Bei weitergehenden Fragen, Unsicherheiten oder auftauchenden Krisensituationen (Tod/schwere Erkrankung eines Familienmitglieds ...),

scheuen Sie sich bitte nicht, mit den vorhandenen Beratungs- und Unterstützungsangeboten Kontakt aufzunehmen.

KIBBS
Krisenseelsorge im Schulbereich (KiS)
NOSIS
Schulsozialarbeit

- Die Kontaktdaten finden Sie zusammenfasst hier:
<https://schuleru-augsburg.de/schulpastoral-seelsorge/krisenseelsorge/kooperationspartner>
- Weitere, laufend ergänzende Informationen zum Thema CORONA finden Sie hier:
<https://schuleru-augsburg.de/schule-in-zeiten-von-corona>

- **Beratungstelefon in der Corona-Krise**



Schulschließungen, Isolation, Angst vor einer Ansteckung: Die Corona-Krise schränkt unser Leben gegenwärtig stark ein und verunsichert. Dies kann Stress, Verwirrung, Angst, Wut und Trauer auslösen bzw. fördern. Mit diesen Gefühlen gut umzugehen, ist eine Herausforderung. Das gilt umso mehr, wenn andere belastende Faktoren hinzukommen.

Das Beratungstelefon richtet sich an alle Lehrerinnen und Lehrer, die im Umgang mit ihren Gefühlen und den psychischen Belastungen in dieser Lage ein Gespräch mit einer Beraterin wünschen. Dieses Angebot wird Ihnen von der Lehrerseelsorge der Abteilung Schule und Religionsunterricht des Bistums Augsburg in Kooperation mit der Maaßen-Stiftungs-GmbH übernommen und ist streng vertraulich. Bis auf weiteres ist es für Sie zudem kostenfrei.

So erreichen Sie die Telefon-Hotline:

- persönlich am Telefon, dienstags von 16:30 - 18:30 Uhr unter [07627/92 38 476](tel:076279238476)
- jederzeit per Anrufbeantworter, gerne rufen wir Sie zurück, wenn Sie das wünschen.
- per E-Mail: beratung@maassen-stiftung.de

- **KiS Krisentelefon**

Im Akutfall oder zur telefonischen Beratung erreichen Sie KiS unter

[0821/3166-5166](tel:082131665166)

Materialien und Hilfen finden Sie zudem hier: www.schuleRU-augsburg.de/kis

Diese Zusammenstellung wurde von der Krisenseelsorge im Schulbereich des Bistums Augsburg, anhand einer Vorlage von KiS Bayern erstellt.