

Corona - Wie können Lehrkräfte die Rückkehr in den Schulalltag gestalten

Dieses Merkblatt gibt Ihnen aus schulpsychologischer Sicht einige Anregungen, wie der Schulstart während der anhaltenden Corona-Pandemie gut begleitet werden kann. Der Text richtet sich an alle Schulformen und somit an eine große Altersspanne bei den Schülerinnen und Schülern. Insofern sind natürlich einige Hinweise eher für jüngere Schülerinnen/Schüler, einige eher für ältere Schülerinnen/Schüler und einige für alle geeignet. Bitte wählen Sie sich die Aspekte aus, welche für Sie passend erscheinen.

Möglichkeiten der Vorbereitung im Vorfeld

Lehrkräfte können bereits durch geeignete vorbereitende Aktivitäten und Maßnahmen im Vorfeld eine gelungene Rückkehr ihrer Schülerinnen/Schüler, aber auch der Kolleginnen/Kollegen, in den Schulalltag ermöglichen. Im Kontakt mit den Schülerinnen/Schüler und Eltern können Sie dies u.a. dadurch begünstigen, dass Sie sowohl wichtige Information weitergeben und Transparenz schaffen als auch positive Einstellungen und Erwartungen fördern.

Schaffen Sie so viel Orientierung und Transparenz wie möglich.

Die Rückkehr in den Schulalltag nach den aktuellen Schulschließungen wird, anders als die Rückkehr nach den Ferien, nicht ausschließlich ein Zurückkommen in gewohnte Strukturen und Abläufe sein, sondern mit vielen Veränderungen im Schulalltag und großen Unsicherheiten der Schulgemeinschaft verbunden sein. Um diese zu reduzieren und die Schülerinnen und Schüler auf die neuen Abläufe und Rahmenbedingungen im Schulalltag einzustellen, **informieren** Sie Ihre Schülerinnen/Schüler und deren Eltern möglichst bereits im Vorfeld zu wichtigen

- *organisatorischen Themen* (Planung/Ablauf des Unterrichts, Nachschreiben von Klausuren, Anrechnung des Schuljahrs, Sonderregelungen zu Abschlussprüfungen, Benotung, Versetzung etc.)
- *gesundheitsbezogene Themen*, v.a. *Verhaltensregeln*, weitere Hygiene-/Vorsichtsmaßnahmen, Krankmeldungen in der Schule etc.

Bringen Sie außerdem zum Ausdruck, dass Sie sich auf die Rückkehr in den Schulalltag und das Wiedersehen mit den Schülerinnen und Schülern freuen und froh darüber sind, dass die Klassengemeinschaft bald wieder zusammenkommen kann.

Um möglichen **Schwierigkeiten** beim Übergang aus dem häuslichen Alltag in den Schulalltag **vorzubeugen** kann es auch hilfreich sein, zusätzlich gezielt Schülerinnen/Schüler und deren Familien anzusprechen, denen es bereits vor den aktuellen Schulschließungen schwer fiel, den Unterricht regelmäßig zu besuchen bzw. die Sie in diesem Zusammenhang als gefährdet einschätzen (s. auch „Wen sollten Sie besonders im Blick haben“). Bereits etablierte Unterstützungsstrukturen und Absprachen für betroffene Schülerinnen/Schüler sollten erneut aufgegriffen werden. Mit gefährdeten Schülerinnen/Schülern bzw. deren Eltern könnte ggf. gezielt Rücksprache genommen werden und im Einzelfall auch präventiv über die Risiken und

Unterstützungsmöglichkeiten im Falle von Schulumüdigkeit, Schulangst oder Schulphobie beraten werden.

Ideen und Handlungsmöglichkeiten für die ersten Schultage

Alles wie immer oder alles ganz anders machen? Vermutlich werden Sie sich bereits Gedanken dazu gemacht haben, dass es in den ersten Tagen darum gehen wird, einen guten Ausgleich zwischen der Wiederaufnahme von Routinen und der Berücksichtigung und Würdigung der besonderen Situation und der Veränderungen durch die erzwungenen „Auszeit“ vom Schulalltag zu finden. Beides ist wichtig.

Nach einer Krise gibt es kein Patentrezept für die Gestaltung der ersten Schultage.

Viele Schülerinnen/Schüler freuen sich darauf, wieder in den gewohnten Schulalltag zurückzukehren. Sie haben ihre Freunde, Mitschüler und Lehrkräfte, aber auch die Alltagsaktivitäten im Unterricht und in der Pause vermisst. Um ihnen die Rückkehr in Schulalltag zu erleichtern, ist es sinnvoll, auf gewohnte Alltagsstrukturen zurückzugreifen und bis zu einem gewissen Grad das Gefühl der „Normalität“ zumindest im Kontext der eigenen Klasse zu fördern, da dies allen Beteiligten Sicherheit und Orientierung bietet.

Dennoch haben die Erfahrungen während der schulfreien Zeit alle Schülerinnen/Schüler und Kolleginnen/Kollegen geprägt, einige Schülerinnen/Schüler waren möglicherweise sehr belastenden, im Einzelfall sogar traumatisierenden Erfahrungen (familiären Konflikten, häuslicher Gewalt, Erkrankungen und Todesfällen im Familienkreis) ausgesetzt.

Außerdem beschäftigt die weiterhin bestehende Gesundheitsgefährdung und die damit einhergehenden Veränderungen im Lebensalltag die Schülerinnen/Schüler und Kolleginnen/Kollegen in Form von Sorgen, Ängsten, Anspannung, Frustrationserleben, körperlichen Beschwerden etc.. Diese sollten ernst genommen und damit verbundene Gefühle und Gedanken, jedoch auch Bewältigungsstrategien und Unterstützungsmöglichkeiten im Schulalltag aufgegriffen und thematisiert werden.

Besonders betroffene Schülerinnen und Schüler brauchen eine Einzelberatung, um sie gezielt unterstützen zu können und um auch zu verhindern, dass sich deren Belastungen und Ängste auf die gesamte Klasse übertragen.

Individuelle Bedürfnisse sollten sensibel wahrgenommen und so gut wie möglich berücksichtigt werden.

Nehmen Sie sich natürlich auch selber, ihre eigene Gesundheit und Befindlichkeit in den Blick und achten Sie untereinander im Kollegium darauf. Ein selbstbewusster und achtsamer Umgang mit eigenen Belastungen erhöht Ihre Möglichkeiten, Ihren Schülerinnen/Schüler weiter gute Begleitung und Unterstützung zukommen zu lassen und bietet ein gutes Vorbild für die Schülerinnen und Schüler.

Ein langsamer Wiedereinstieg könnte hilfreich sein mit Zeit für Pausen, Bewegung und kreativen Ausdrucksmöglichkeiten sowie auch der Gelegenheit zum Austausch zu Gedanken und Gefühlen.

In den ersten Unterrichtsstunden bietet es sich an in Form gewohnter Kommunikationsformate, z.B. Gesprächs-/Stuhlkreis, vielleicht auch unterstützt durch besondere Methoden/Impulse (Zeitungsartikel, Erzählung, Filmausschnitt, Rollenspiel etc.), Möglichkeiten zum **Austausch** zu schaffen. In Grundschulklassen gibt es ja häufig schon Rituale für den Wochen- und Tagesstart. Die Fragen können hier einfach aufgegriffen werden.

Dadurch kommen Sie mit den Schülerinnen/Schüler und diese untereinander wieder in Beziehung und fühlen sich wahrgenommen. Es bietet Ihnen außerdem die Gelegenheit, mitzubekommen, wo besondere Belastungen, Sorgen und Ängste sind und zusätzlich, wo ggf. durch Fehlinformation Missverständnisse und Gerüchte aufkommen könnten.

Beispiele für mögliche Fragestellungen für den Austausch zum Thema Erfahrungen in der schulfreien Zeit, Veränderungen und Gefühle in Zusammenhang mit dem Corona-Virus,

- Wie haben wir unsere Zeit verbracht?
- Wie haben wir untereinander den Kontakt gehalten?
- Wie erging es uns in der Zeit?
- Was hat uns gefallen, was hat uns gefehlt?
- Wie hat es mit dem Lernen geklappt?
- Was hat uns geholfen, diese Zeit zu überstehen?
- Wie geht es uns? Wie fühlen wir uns?
- Was beschäftigt uns?
- Was kann uns helfen, wenn es uns nicht gut geht? Wie wollen wir damit umgehen?

Beispiele für Fragenstellungen zu Thema „Rückkehr in den Schulalltag“:

- Was wünschen wir uns für die ersten Schultage?
- Wie waren/sind unsere Regeln?
- Wie wollen wir miteinander arbeiten/umgehen?
- Wie wollen wir lernen?
- Was wird uns noch schwer fallen/was wird uns leicht fallen?

**Beziehungspflege und Austausch schaffen eine sichere Basis,
um zur Normalität zurückzufinden.**

In den ersten Schultagen ist es auch wichtig, nochmals eine gemeinsame **Informationsbasis** zu *organisatorischen und gesundheitsbezogenen Themen* für alle Schülerinnen/Schüler sicherzustellen. Auch wenn Sie bereits im Vorfeld der Schulöffnungen umfassende Informationen gegeben haben, sollten Sie erfragen, wer diese auch erhalten hat und die wichtigsten Punkte zur Festigung nochmals wiederholen.

Wen sollten Sie besonders im Blick haben?

Schülerinnen/Schüler ...

- ... , die in schwierigen familiären Verhältnissen leben (z.B. psychisch kranke Eltern haben)
- ... , in deren Familien durch die Corona-Krise weitere Krisen entstanden sind (Arbeitslosigkeit, Trennungen, Todesfälle, etc.)
- ... , die deutliche Verhaltensveränderungen zeigen (z.B. sonst ruhige Schülerinnen/Schüler, die plötzlich aufgedreht sind; sonst lebhafte Schülerinnen/Schüler, die plötzlich still und zurückgezogen sind) oder Schülerinnen/Schüler, die schon zuvor durch sozial-emotionale Probleme auffielen
- ... aus Flüchtlingsfamilien (sehr beengte Wohnverhältnisse, z.T. noch geringe Sprachkompetenz, Trigger, ...)

Richten Sie zusätzlich zu den üblichen **Unterstützungs- und Beratungsangeboten** möglichst Strukturen ein, in denen besondere Belastungen von Schülerinnen/Schüler aktiv erfasst und aufgefangen werden können.

Machen Sie an gut sichtbaren Stellen Aushänge von schulinternen und schulexternen Beratungsangeboten (z.B. Sorgentelefon, Mädchen- und Frauenberatungsstelle, Psychologische Beratungsstelle, Schulpsychologische Beratungsstelle)

Bauen Sie auf Stärken und positive Bewältigungsstrategien.

Thematisieren Sie im Kontakt mit Schülerinnen und Schülern nicht ausschließlich die Beeinträchtigungen und negativen Aspekte, welche die Corona-Krise mit sich bringt. Geben Sie den Schülerinnen und Schülern auch einen ausreichend großen Raum, um sich über positive Bewältigungsmöglichkeiten auszutauschen. Bestärken Sie Ihre Schülerinnen und Schülern darin, ihre Aufmerksamkeit auf die jeweils individuellen Strategien zu richten, die hilfreich sind, auch schwierige Zeiten gut zu überstehen.