



Wiederaufnahme des Unterrichts in der „Corona-Zeit“ – Informationen über psychologische Aspekte

Die Rückkehr in den Schulalltag findet für alle Schulmitglieder unter unvertrauten Rahmenbedingungen und mit vielen Unsicherheiten behaftet statt. Neben vielen organisatorischen und pädagogischen Herausforderungen müssen dabei unter Umständen auch einige psychologische „Hürden“ gemeistert werden.

- **Zurück zu Tagesstruktur und Schulalltag finden**

Die Rückkehr in den strukturierten Schulalltag wird einigen Schülerinnen und Schülern nach der langen Zeit schwerfallen – andere werden sich dagegen sehr nach Normalität sehnen und wollen möglichst schnell wieder gefordert werden. Auch Klassenregeln, Strukturen und Verfahrensabläufe werden vermutlich – wie nach Ferienzeiten – in den Hintergrund getreten sein und müssen wieder eingeübt werden. In unsicheren und ungewohnten Zeiten gibt eine verlässliche Struktur viel Sicherheit.

- **Zurück zur Gruppe finden**

Lerngruppen müssen aufgeteilt und Abstandsregeln gewahrt werden. Gleichzeitig haben sich die Schülerinnen und Schüler lange nicht gesehen und wollen wieder in Kontakt zu ihren Klassenkameraden treten. Manche „fremdeln“ aber vielleicht auch in dieser neuen Situation oder machen sich Gedanken um ihren „Stand“ in der Klasse. Daher sollte beim Zusammenkommen zunächst der Austausch und das gegenseitige Zuhören im Mittelpunkt stehen, um wieder eine vertraute Atmosphäre zu schaffen. Auch gruppenstärkende Spiele (bei denen die Abstandsregeln gewahrt werden können) tragen dazu bei, wieder ein Gemeinschaftsgefühl zu entwickeln.

- **Das Thema „Corona“ im Klassengespräch aufgreifen**

„Corona“ ist der Grund für die lange Schulschließung, aber auch für mögliche Verunsicherungen, Ängste und Sorgen bei Schülerinnen und Schülern. Wichtig ist es, dem Thema in einem ersten Klassengespräch Zeit und Raum zu geben, das Gespräch dabei aber so zu strukturieren, dass es die Kinder und Jugendlichen nicht überfrachtet.

Dabei gibt es drei inhaltliche Schwerpunkte, bei denen jeweils die emotionale Situation, der Aspekt des Lernens und strukturelle Fragen berührt werden.

1. Blick zurück: Wie war die unterrichtsfreie Zeit für euch? Was habt ihr gemacht? Wie habt ihr euch gefühlt? Wie seid ihr mit dem Lernen auf Distanz klargekommen?
2. Blick ins Jetzt: Wie geht es euch heute? Worüber freut ihr euch? Welche Sorgen habt ihr? Welche Fragen beschäftigen euch?
3. Blick nach vorne: Wie ist die weitere Planung in der Schule? Was könnt ihr jetzt tun? Was hat euch beim Lernen zu Hause gefallen, was sollten wir beibehalten?
(Quelle: <http://schulpsychologie.nrw.de/schule-und-corona/>)

- **Zurück zum schulischen Lernen finden**

Die familiären Möglichkeiten zur Unterstützung des „Distanzlernens“ variieren sehr stark, ebenso die individuellen Lernvoraussetzungen Ihrer Schülerinnen und Schüler. Vermutlich wird die Heterogenität der Schülerschaft beim Wiedereinstieg in den Unterrichtsstoff noch deutlicher auffallen und muss beim Anknüpfen an die zu Hause erarbeiteten Inhalte berücksichtigt werden durch Wiederholungsangebote für die einen, aber auch vertiefende Aufgaben für andere.



- **Über Ängste, Sorgen und Belastungen sprechen**

Im Hinblick auf geäußerte Belastungen ist es wichtig, Schülerinnen und Schülern zu vermitteln, dass Sorgen und Ängste normal sind und dazugehören. Sie können auch von Ihren eigenen Sorgen in dieser Zeit berichten.

Es kann auch sein, dass Sie zwar Ängste und Belastungen bei Schülern oder Schülerinnen vermuten, diese sich aber nicht dazu äußern. Das Sprechen über Gefühle ist freiwillig und niemand sollte dazu aufgefordert oder gedrängt werden. Bieten Sie an bzw. erinnern Sie die Schülerinnen und Schüler daran, dass Sie und andere Fachkräfte der Schule auch über die Klassengespräche hinaus zur Verfügung stehen für vertrauliche Gespräche.

Bei der Thematisierung von Ängsten und Belastungen ist es hilfreich, Strategien zum Umgang und Bewältigungsmöglichkeiten zu besprechen und zu erfragen: Was kann man tun, wenn es einem nicht gut geht, damit man sich wieder besser fühlt? Was hat euch geholfen? Was wären weitere gute Möglichkeiten?

Außerdem helfen sachliche Informationen, Antworten auf Fragen zum Corona-Virus und das Besprechen praktischer Handlungsmöglichkeiten im Schulalltag (Hygienemaßnahmen etc.), Gefühlen der Hilflosigkeit oder Gefährdung vorzubeugen.

- **Sind besonders belastete Kinder und Jugendliche dabei?**

In vielen Familien waren die letzten Wochen sehr anstrengend und stressig – und in einigen können Probleme auch eskaliert sein! Beobachten Sie Ihre Schülerinnen und Schüler, hören Sie auf Ihr Bauchgefühl, wenn Sie sich Sorgen machen und tauschen Sie sich mit anderen Lehrkräften darüber aus. Sprechen Sie Kinder und Jugendliche an, wenn Ihnen etwas auffällt und suchen Sie den Kontakt zu Eltern. Alle Beratungseinrichtungen und Unterstützungssysteme sind im Dienst und zumindest telefonisch zu erreichen, bei Kriseninterventionen auch persönlich.

- **Sind besonders betroffene Kinder und Jugendliche dabei?**

Bei einigen Schülerinnen und Schülern oder ihren Familienangehörigen bestehen aufgrund von Vorerkrankungen besondere Risiken im Zusammenhang mit einer möglichen Infektion. In anderen Familien gab es bereits infizierte oder eventuell verstorbene Personen. Diese Kinder und Jugendlichen erleben die Corona-Pandemie noch beängstigender als andere. Schüler und Schülerinnen in diesen Situationen benötigen in besonderem Maße Zuwendung, Zuverlässigkeit und haltgebende Struktur. Der Notfallordner enthält weiterführende Hinweise zum Umgang mit Tod und Trauer.

Die Mitarbeiterinnen der Schulpsychologischen Beratungsstelle stehen gerne für Fragen und Beratungen bezogen auf Ihre Schülerinnen bzw. Schüler und bezogen auf Ihre eigenen Belastungen zur Verfügung.

