

Impulse für den Wiedereinstieg nach den Sommerferien während der Corona-Pandemie

Nach einem herausfordernden letzten Schuljahr beginnt mit der Rückkehr in den Präsenzunterricht nach den Sommerferien wieder der Schulalltag.

Die allermeisten Schülerinnen und Schüler werden sich auf die Rückkehr in die Schule freuen. Es bedeutet „Endlich-wieder-Rauskommen“, Abwechslung, einen geregelteren Tagesablauf, optimale Verfügbarkeit von Arbeitsmaterialien und vor allen Dingen wieder mehr Kontakt mit Lehrkräften, Mitschülerinnen und Mitschülern - wenn auch noch weiterhin verbunden mit Verhaltensweisen, welche auf die Pandemiesituation abgestimmt sind. Insbesondere für diejenigen Schülerinnen und Schüler, in deren Haushalten der Zugang zu digitalen Medien schwierig ist, die mit dem selbstständigen Lernen nicht so gut zurechtkommen oder sich schlecht motivieren können, bietet der Schulalltag die Chance, wieder Anschluss zu finden.

Wir möchten mit diesem Beitrag:

- die aktuelle Situation in Hinblick auf mögliche Belastungen und Unterstützungsmöglichkeiten aus schulpsychologischer Perspektive einordnen
- Lehrkräfte informieren, welche Belastungsreaktionen auftreten können und welche Schutzfaktoren und Bewältigungsstrategien es gibt
- Lehrkräften Anregungen geben, wie sie hilfreich unterstützen können

1. Erfahrungen während der Schulschließungen

Wir müssen davon ausgehen, dass Schülerinnen und Schüler im letzten Schuljahr sehr unterschiedliche Erfahrungen beim Lernen und Leben zu Hause gemacht haben.

Neben einigen geteilten Erfahrungen wie

- eingeschränkter Bewegungsfreiheit und Verzicht auf gewohnte Aktivitäten (Sportvereine, Spielplatzbesuche, Treffen mit Freunden, ...),
- eingeschränkten sozialen Kontakten und mehr Zeit mit der Familie,
- dass das gewohnte Leben plötzlich auf den Kopf gestellt werden kann,
- der Erfahrung, dass auch die Erwachsenen nicht immer wissen, was in der Zukunft genau geschehen wird,

geht die Bandbreite von

... Entschleunigung, Wohlfühlen, Entlastung durch freiere Tagesgestaltung und individualisierte Lernpakete, elterliche Ermunterung und Unterstützung, finanziell abgesicherte Familien mit harmonischen Beziehungen

bis hin zu

... massiver Distanz zum schulischen Lernen, existenziellen Sorgen durch Krankheit, finanzielle Not oder sogar häusliche Gewalterfahrungen.

Auch Überbesorgtheit und starker Leistungsdruck durch Eltern kann die letzten Monate der Schülerinnen und Schüler geprägt haben.

2. Wiedereinstieg in den Schulalltag

Krisenhafte Situationen, wie die aktuelle COVID-19-Pandemie, können bei Menschen die unterschiedlichsten Reaktionen und Emotionen hervorrufen. Für Ihre Schülerinnen und Schüler kann das beispielsweise bedeuten, dass sie

- traurig oder wütend sind,
- in Sorge um Angehörige sind,
- überdreht oder erfreut sind etc.

Alle Reaktionen können zunächst als normale Reaktionen auf eine unnormale Situation betrachtet werden.

Vorüberlegungen zu „meinen“ Schülerinnen und Schülern:

Bereits in der Phase vor den Schulschließungen, während des Distanzunterrichts wie auch in den kurzen Phasen des Präsenzunterrichts haben Sie Verschiedenes über Ihre Schülerinnen und Schüler erfahren, das beim Wiedereinstieg das neue Schuljahr hilfreich sein kann:

- Welche Lernfortschritte haben meine Schülerinnen und Schüler in den einzelnen Fächern gemacht?
- Wer aus meiner Klasse könnte es in der Zeit zu Hause besonders schwierig gehabt haben?
- Habe ich Kenntnis von ernstesten Krankheitsverläufen oder sogar Todesfällen in den Familien?
- Welche Schülerinnen und Schüler sind aus meiner Sicht emotional stark belastet?
- Schulverweigerung, Ängste oder Mobbing: Für welche Schülerinnen und Schüler könnte dies in der Präsenzsituation wieder zu einem größeren Problem werden?

Selbstreflexion: Wie ist es mir als Lehrkraft ergangen?

- Was war für mich im letzten Schuljahr besonders herausfordernd?
- Was habe ich im letzten Schuljahr als angenehm erlebt?
- Was nehme ich aus der Zeit für mich mit?
- Worauf sollte ich im Sinne der Selbstfürsorge achten?
- Was brauche ich persönlich in der aktuellen Situation, um mich sicher zu fühlen?

Tauschen Sie sich im Kollegium aus:

- Welche Schülerinnen und Schüler benötigen in besonderem Maße Unterstützung?
- Welche Ansprechpersonen gibt es für Schülerinnen und Schüler vor Ort (Schulsozialarbeit, Verbindungslehrkraft, Beratungslehrkraft, Schulseelsorge) und außerhalb der Schule (Schulpsychologische Beratungsstelle, weitere Beratungsstellen)?
- Wie können wir Schülerinnen und Schüler und deren Eltern über verschiedene Ansprechpersonen und Unterstützungsangebote informieren?

Aber auch:

- Wer im Kollegium benötigt Unterstützung?
- Wie können wir uns als Lehrkräfte gegenseitig stärken?
- Welchen Raum des Austausches gibt es für uns?

3. Gestaltung der ersten Schultage und -wochen

Transparenz und Orientierung geben Sicherheit für alle am Schulleben Beteiligten. Informieren Sie sich, welche Rahmenbedingungen bei Ihnen an der Schule gelten:

- Wie sehen die Hygienestandards an Ihrer Schule aus?
- Welche Verhaltensregeln wird es geben?
- Wie werden Schülerinnen und Schüler und deren Eltern informiert?

Die einen Schülerinnen und Schüler sehnen sich nach Normalität - „Endlich wieder Mathe!“ -, die anderen brauchen Raum, um über ihre Erlebnisse sprechen zu können. Es gibt hierbei zunächst kein „richtig“ oder „falsch“. Hilfreich ist in der Regel eine gute Balance zwischen bekannten Elementen und Ritualen, die den Schülerinnen und Schülern Sicherheit geben, und dem Einführen neuer Regeln und Abläufe, die nun eingehalten werden müssen.

Kindern und Jugendlichen fällt es unterschiedlich leicht oder schwer, sich wieder in die schulischen Strukturen einzufinden (Pünktlichkeit, Mitarbeit, Hausaufgaben, Motivation, Konzentration, etc.)

Nach langen Pausen können sich Gruppendynamiken ändern, die Klasse muss sich neu zusammenfinden. Unter Umständen flammen alte ungünstige Gruppendynamiken wieder auf oder nehmen im Angesicht aktueller Belastungen zu. Diese Gruppenprozesse sollten gut im Blick behalten und begleitet werden, um Ausgrenzungen etc. zu vermeiden.

Anregungen für ein erstes Klassengespräch

Die nachfolgenden Anregungen für ein erstes Klassengespräch sind als Unterstützung gedacht, einige der aufgezählten Punkte sind für Sie wahrscheinlich selbstverständlich. Die Abfolge der Punkte kann natürlich verändert werden.

- Heißen Sie alle Schülerinnen und Schüler willkommen.
- Geben Sie klare Informationen zur Orientierung:
 - Wie sieht der heutige Tag / diese Woche / die nächste Zeit aus?
 - Altersgerecht und besonnen über aktuelle Erkenntnisse zu Corona informieren: Trennen von Fakten und Gerüchten
 - Welche Verhaltensregeln sind jetzt wichtig - im Klassenzimmer, in den Pausen, auf dem Schulweg?
 - Wie wird mit Lernrückständen und Leistungsnachweisen umgegangen?
 - Gibt es offene Fragen von Seiten der Schülerinnen und Schüler?
- Planen Sie Raum und Zeit ein, damit Schülerinnen und Schüler ihre Erfahrungen und Erlebnisse schildern und sich darüber austauschen können, wie die letzten Wochen für sie waren:
 - Wie hat ein typischer Tag ausgesehen?
 - Wie hat es mit dem Lernen funktioniert?
 - Was hat zu Hause besser funktioniert als in der Schule, was weniger gut?
 - Zu wem konnte ich wie Kontakt halten?
 - Was hat mir gefallen, was hat mir gefehlt?
 - Welche Sorgen habe ich (noch)?
 - Wer bzw. was hilft mir beim Umgang mit meinen Sorgen?

4. Welche Schülerinnen und Schüler sollte ich in den kommenden Wochen im Blick behalten?

Nach Krisen ist es wichtig, nicht nur in den ersten Tagen wachsam zu bleiben. Ob die Corona-Krise einzelne Kinder oder Jugendliche in ungewöhnlich hohem Ausmaß beeinträchtigt, fällt vermutlich erst nach mehreren Wochen auf. Daher ist es hilfreich, sich immer wieder Zeit zu nehmen und sich die Situation einzelner Schülerinnen und Schüler genauer durch den Kopf gehen zu lassen, idealerweise gemeinsam mit Kolleginnen und Kollegen, die die Schülerinnen und Schüler ebenfalls kennen.

Besonderere Aufmerksamkeit bedürfen Schülerinnen und Schüler,

- in deren Familien es zu schweren Krankheitsverläufen oder Todesfällen kam,
- die selbst gesundheitliche Einschränkungen haben,
- in deren Familien durch die Corona-Krise neue Belastungen entstanden sind, beispielsweise emotional oder finanziell,
- in deren Familien es bereits vor der Corona-Krise häufig oder massive Konflikte gab,
- die bereits vor der Corona-Krise durch Lernschwierigkeiten oder Schwierigkeiten im sozialen und emotionalen Erleben (wie beispielsweise Ängste, Rückzug, aggressives Verhalten) aufgefallen sind,
- die deutliche Verhaltensänderungen zeigen.

Hilfreiche Kriterien bei der Betrachtung möglicherweise belasteter Schülerinnen und Schülern finden Sie in einer hierfür erstellten [Checkliste](#), die auf der Internetseite des ZSL zu finden sind: <https://zsl-bw.de/rueckenwind-schulpsychologie>.

5. Unterstützersysteme

Unter folgendem Link finden Sie eine Übersicht über die Schulpsychologischen Beratungsstellen in Baden-Württemberg:

<https://zsl-bw.de/schulpsychologische-beratungsstellen>

In der Handlungshilfe für Schulleitungen (Krisenpläne nach Gefährdungsbereichen), die jeder Schulleitung vorliegt, sind themenspezifische Hinweise und Vorgehensweisen aufgeführt, auf die auch in der aktuellen Situation zurückgegriffen werden kann.

Weitere Unterstützersysteme sind beispielsweise:

- Schulsozialarbeit / Beratungslehrerkraft / Schulseelsorge an Ihrer Schule
- Erziehungs- / Familienberatungsstellen in Ihrem Kreis
- „Nummer gegen Kummer“ – für Kinder- und Jugendliche: 116 111
- „Nummer gegen Kummer“ – für Eltern: 0800 / 111 0 550