

Newsletter

für Schulleitungen und Lehrkräfte
Schulpsychologie

16.02.2021

Umgang und Kommunikation mit Schülerinnen und Schülern

Die allermeisten Schülerinnen und Schüler werden momentan im Distanzunterricht unterrichtet. Dies bedeutet ein teilweises oder vollständiges „Lernen zu Hause“ (Szenario B und C) und eine zukünftige Rückführung in den Präsenzunterricht.

In dieser außergewöhnlichen Situation benötigen Schülerinnen und Schüler Informationen u. a. zum „Lernen zu Hause“, zum Wechselunterricht und zum „ersten“ Schultag (Wie/Wann/Wo geht es los? Was passiert? Wer ist da? etc.). Informationen geben Orientierung und Sicherheit.

Hilfreich ist es daher, möglichst viel Transparenz und Verlässlichkeit auch schon im Vorfeld der Rückkehr an die Schule herzustellen.

Es ist ebenso wichtig, die Sorgen, Ängste und Belastungsreaktionen der Schülerinnen und Schüler wahrzunehmen, zu verstehen und Unterstützung anzubieten.

Regeln und Rituale helfen in Zeiten der Verunsicherung. Sie vermitteln ein Gefühl der Sicherheit und Zugehörigkeit. Rituale helfen auch auf Abstand Schule als „Sicheren Ort“ erlebbar zu machen. Die Verbundenheit mit anderen ist ein sehr wichtiger Resilienzfaktor im krisenhaften Geschehen rund um Corona.



*Sehr geehrte Schulleitungen,
sehr geehrte Lehrkräfte,*

Schwerpunkt dieses Newsletters in der Corona-Zeit soll sein, wie Sie als Lehrkräfte die Schülerinnen und Schüler (SuS) gut begleiten können.

Sie stehen vor der Aufgabe, einerseits SuS, die zu Hause lernen und andererseits SuS, die teilweise auch wieder in der Schule lernen, zu unterrichten und zu unterstützen.

Ganz sicher haben Sie sich schon viele Gedanken gemacht. Vielleicht findet sich auch in diesem Infobrief noch der eine oder andere nützliche Hinweis.

Umgang mit Sorgen, Ängsten und möglichen Belastungsreaktionen

Zurzeit durchlebt die Gesellschaft eine Ausnahmesituation, die mit Veränderungen und Verunsicherung einhergeht.

Die Wahrnehmungen und die Reaktionen auf eine solche krisenhafte Situation unterscheiden sich von Mensch zu Mensch. Manche reagieren mit sozialem Rückzug oder Gereiztheit, andere lehnen sich auf, empfinden Wut, Verzweiflung oder haben aggressive Impulse. Auch das Auftreten von Sorgen und Ängsten ist eine normale Reaktion auf ein ungewöhnliches Ereignis.

In dieser Situation, die Isolierung und Einsamkeit mit sich bringen kann, besteht bei vielen Menschen die Neigung, physische Nähe zu anderen aufzubauen. Insbesondere Kinder und Jugendliche leben von der Interaktion mit anderen. Sich mit Gleichaltrigen zu treffen, auszutauschen, miteinander zu spielen, ist momentan nur sehr eingeschränkt möglich.

Das Gefühl, dass die Klassengemeinschaft weiterhin besteht und die gemeinsame Erfahrung, in Krisen zusammenzuhalten, ist für jeden Einzelnen und die Gemeinschaft sehr wertvoll und stärkend.

Nachstehend finden Sie einige Überlegungen, die für das Schulleben wichtig sein können:

- Normal kann dabei sein, dass einzelne SuS nicht über Erlebtes und die aktuelle Situation sprechen wollen und den Wunsch äußern, „ganz normal Schule zu machen“. Es gibt je nach individuellen Erfahrungswerten und Unterstützung von außen ein weites Spektrum an Bewältigungsreaktionen. SuS brauchen Zeit und Raum, sich über die Situation, ihre Gefühle, ihren Umgang und ihre Fragen auszutauschen.
- Es ist wichtig, den SuS zu erklären, dass die berichteten Reaktionen normale/ typische Reaktionen auf eine ungewöhnliche Situation sind und sie damit nicht alleine sind.
- Keine/r sollte zum Sprechen gedrängt werden. Es ist auch in Ordnung, wenn SuS einfach nur zuhören möchten.
- Durch ein Verständnis der Sorgen und Ängste fühlen SuS sich ernst genommen.
- Verschiedene Angebote helfen denjenigen SuS,
 - ... die mehr Zeit brauchen,
 - ... die sich lieber mit Aufgaben beschäftigen,
 - ... die noch mehr Austausch brauchen und
 - ... den stillen Schülerinnen und Schülern.

Sicherheit schaffen durch Regeln und Rituale

Rituale und Regeln sind fester Bestandteil Ihrer Arbeit als Lehrkraft und helfen, den Alltag zu strukturieren. In den Zeiten der Corona-Pandemie kommt Ritualen eine besondere Bedeutung zu. Sie bieten den SuS Orientierung und können ein Gefühl der Zugehörigkeit vermitteln. Durch Routinen wird den SuS Sicherheit im veränderten Schulalltag geboten.

Vielleicht lassen sich Rituale, die Sie bereits vor der Schulschließung hatten, an die neuen Gegebenheiten anpassen. Für neue Rituale könnte es hilfreich sein, gemeinsam mit den SuS zu überlegen, was für sie wichtig ist.

- **Erzählkreis:** Vielleicht ist in Ihrem Klassenraum ein Stuhlkreis in 1,5 Meter Abstand möglich? Ein Stuhlkreis, in dem jeder jeden sehen kann, schafft Gemeinschaft und damit Sicherheit. Eine Alternative wäre, dass sich die Kinder an ihren Einzeltischen einander zuwenden und einen Softball als „Redestab“ mit dem Fuß einander zurollen.
- **Achtsamkeit-, Konzentrations- und Koordinationsübungen** können auch auf Abstand durchgeführt werden, schaffen eine Entspannungs- und Fokussierungsmöglichkeit für die SuS und stärken das Verbundenheitsgefühl.
- **Begrüßungs- und Abschiedsrituale** können beibehalten oder an die Abstandsregeln angepasst werden.
- **Ein gemeinsames Tagebuch** (Was war das Beste heute? Was macht mir Sorgen?), in welches sich die SuS einzeln eintragen können. Ein solches Tagebuch kann auch als Gesprächsanlass für Gesprächskreise, als Kommunikationsmittel mit der zweiten Lerngruppe der Klasse oder als Kummerkasten für den nächsten Gesprächskreis genutzt werden.
- **Transparente Tagesstruktur:** Die Tagesstruktur hat sich möglicherweise geändert und sollte für alle SuS leicht verständlich vermittelt und transparent gemacht werden. Dies könnte schon vorab Inhalt eines Schülerbriefes sein oder durch einen Aushang/ ein Plakat vermittelt werden. Anfangs könnte eine Vorschau („Was liegt heute an?“) und am Ende eine Rückschau („Was haben wir heute geschafft?“) hilfreich sein.
- **Glücksbox:** In dieser Box befinden sich Glückskärtchen oder -gegenstände (Feder, Steine, Glasperlen). SuS, die Mut brauchen, können sich einen Gegenstand ziehen. Andere Anlässe für einen Glücksgegenstand können Geburtstage, besonderes Engagement für die Klassengemeinschaft usw. sein. Wichtig ist natürlich, dass jeder mal irgendwann in die Box greifen darf.

Gestaltung der ersten Präsenztage

Ein Kennzeichen von krisenhaften Ereignissen ist, dass die Menschen ganz ähnliche Fragen beschäftigen, deren Beantwortung jedoch oft sehr individuell ist. Die Fragen drehen sich um die Themenkreise:

- Was war?
- Was ist jetzt?
- Was wird in Zukunft?

Diese Fragen können auch innerhalb der Klasse am ersten Präsenztage thematisiert werden, damit die SuS sich in der veränderten Klassensituation neu orientieren können (siehe auch nächste Seite). Auch in den darauffolgenden Tagen wird man sicherlich auf diese Fragen öfter eingehen können, denn die Bewältigung eines kritischen Ereignisses läuft prozesshaft ab und ist nicht an einem Tag abgeschlossen.

Man sollte sich vergegenwärtigen, dass die Zeit zu Hause eine Zäsur für die SuS darstellt, ähnlich vielleicht wie die Sommerferien oder sogar ein Klassen- oder Schulwechsel. Die SuS werden daher ein besonderes Bedürfnis nach Methoden haben, die einen sozialen Austausch ermöglichen. Sinnvoll ist es, verstärkt kooperative Lernformen und Formen selbstregulierten Lernens zu nutzen, um diesem Bedürfnis Rechnung zu tragen.

Auch Bewegungsspiele und Energizer können in den ungewohnten neuen Abläufen sehr entlastend wirken, da sie das Klassengemeinschaftsgefühl stärken, positive gemeinsame Erlebnisse darstellen und Konzentrationsschwierigkeiten abmildern können.

Die Herausforderung ist, diese Methoden auch auf Abstand umzusetzen. Einige Materialideen finden sich auf der nächsten Seite.

Strukturierung des ersten Präsenztages

Was war?

Hilfreiche Fragen

- ✓ Was hast du gedacht, als die Schule geschlossen wurde?
- ✓ Hat dich etwas besonders überrascht?
- ✓ Wie war dein Tagesablauf zu Hause?
- ✓ Was hast du am liebsten zu Hause gemacht?
- ✓ Gab es auch etwas, was zu Hause schwierig war?
- ✓ Was war für dich hilfreich, wenn es dir einmal nicht so gut ging?
- ✓ Bist du mit den Aufgaben gut zurechtgekommen?
- ✓ Was hat dir geholfen, wenn du mit den Aufgaben nicht weiterkamst?
- ✓ Bist du mit anderen in Kontakt geblieben? Wie hast du es geschafft?
- ✓ Gibt es etwas, dass sogar ganz gut war an der Corona-Schließung?

Methoden-/Materialideen

- ✓ Bitten Sie Ihre SuS schon vorher, einen Gegenstand mitzubringen, der besonders kennzeichnend für die Zeit zu Hause war. Nutzen Sie die Gegenstände als Gesprächsanlass.
- ✓ Lassen Sie die SuS ein besonderes Erlebnis aus der Zeit zu Hause aufschreiben. Wer möchte, kann das Erlebnis der Klasse vorlesen.
- ✓ Es werden Satzanfänge vorgegeben, die sich an den links stehenden Fragen orientieren. (z. B. „Als die Schule geschlossen wurde, dachte ich zuerst ...“)
- ✓ Die SuS schreiben kreative Kreisbriefe über ihre Zeit zu Hause. Jeder schreibt einen Satz und reicht dann den Zettel weiter. So entstehen viele kreative Corona-Berichte.

Was ist?

Hilfreiche Fragen

- ✓ Wie geht es dir heute?
- ✓ Worauf hast du dich heute besonders gefreut?
- ✓ Wie denkst du über die Schulöffnung?
- ✓ Was wünschst du dir für den Wiederbeginn hier?

Methoden-/Materialideen

- ✓ Stimmungsbarometer: Jedes Kind darf einen Punkt auf eine Barometerabbildung kleben, oben ist ein lachendes, unten ein weinendes Gesicht.
- ✓ Jede/r SuS darf eine Bildkarte, z. B. aus einer Postkartensammlung auswählen, welches zu ihrer / seiner Stimmung passt. Wer mag, stellt seine Karte vor.
- ✓ Die linksstehenden Fragen werden in vier Ecken des Klassenraumes gehängt, die SuS tauschen sich in 3-4er Gruppen über die jeweilige Frage auf Abstand aus und gehen bei einem Signal in die nächste Ecke. Am Ende hat sich jeder über jede Frage ausgetauscht.

Was wird?

Hilfreiche Fragen

- ✓ Welche Hygieneregeln sind zu beachten?
- ✓ Hast du Fragen dazu, wie es in der Schule weitergeht?
- ✓ Was brauchst du, um gut in der Schule und zu Hause lernen zu können?
- ✓ Wie können die Lehrkräfte dich unterstützen?
- ✓ Wie könnt ihr als SuS euch gegenseitig unterstützen?
- ✓ Was wissen wir schon darüber, wie die nächsten Tage und Wochen ablaufen?
- ✓ Wie möchte unsere Hälfte der Klasse Kontakt zur anderen Hälfte der Klasse halten?

Methoden-/Materialideen

- ✓ Materialien für unterschiedliche Altersgruppen zum Hygieneplan des MK finden Sie unter www.aug-nds.de/?id=2357.
- ✓ Die SuS rufen sich nacheinander auf und treffen sich im Klassenraum für eine Begrüßung auf Abstand.
- ✓ Die SuS erstellen eine Wandzeitung mit unterschiedlichen Kategorien, um mit der anderen Klassenhälfte zu kommunizieren.

Förderung der Klassengemeinschaft bei getrennten Gruppen

In der kommenden Zeit wird das Lernen und Zusammenleben im Klassenverband in verändertem Rahmen und auch in reduzierter Gruppengröße stattfinden.

Der Austausch und Kontakt zu Gleichaltrigen ist für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen von zentraler Bedeutung. Das Gefühl des Zusammenhalts und der Klassengemeinschaft kann darüber hinaus in Zeiten von Unsicherheit als Stütze dienen und Orientierung geben.

Sie können als Lehrkraft dennoch Angebote und Möglichkeiten schaffen, ein Klassengefühl trotz des Kleingruppenunterrichts aufrechtzuerhalten.

Sicherlich haben auch Ihre SuS Ideen, wie sie mit der jeweils anderen Lerngruppe in Kontakt bleiben können und was sie zusammen gestalten können.

Zusätzlich sind mithilfe digitaler Medien ein Austausch und gemeinsame Aktionen beider Lerngruppen möglich.

Vielleicht können diese Ideen als Denk- anstoß dienen:

- Gestaltung einer gemeinsamen Pinnwand / Galeriewand für die gesamte Klasse. Auf dieser können beispielsweise Arbeitsergebnisse der Lerngruppen gesammelt werden oder in Form einer Collage ein Gruppenkunstwerk entstehen.
- SuS aus den getrennten Gruppen schreiben sich untereinander Briefe oder Nachrichten.
- Gemeinsame Rituale, wie beispielsweise das Hinterlassen eines Bildes oder eines Grußwortes an der Tafel für den anderen Teil der Lerngruppe.
- Die Lerngruppen stellen sich gegenseitig Rätsel oder Quizaufgaben.

Beratungsangebote

Die **Beratungsangebote der Schulpsychologie** bei Problemen im Lern-/Schulkontext stehen für Schulleitungen, Lehrkräfte, nicht lehrendes Personal, Eltern sowie SuS auch weiterhin zur Verfügung.

Zur Anregung haben wir einige Beispiele für Kontaktanfragen aufgelistet.

Die Schulpsychologie unterstützt **Schulpersonal**, z. B. wenn:

- Sie sich Sorgen um die Entwicklung einzelner SuS machen
- Sie sich eine neue Perspektive zum Umgang mit den aktuellen Herausforderungen wünschen
- Sie Gesprächsbedarf rund um die Auswirkungen der Corona-Pandemie in Schule haben

Die Schulpsychologie unterstützt **Schülerinnen und Schüler**, zum Beispiel bei:

- Sorgen um ihren Schulabschluss
- Lern- und Konzentrationsproblemen im Home Schooling
- Ängsten rund um die Corona-Pandemie

Die Schulpsychologie unterstützt **Eltern und Erziehungsberechtigte**, zum Beispiel bei:

- Fragen zum Lernerfolg ihrer Kinder im Home Schooling
- Plötzlichen Verhaltensänderungen wie Ängsten oder Aggressivität ihrer Kinder
- Sorgen, weil das Kind an Präsenztagen nicht mehr in die Schule gehen will

Die Kontaktaufnahme zur Schulpsychologie kann direkt erfolgen, d. h. ohne das Wissen oder die Zustimmung Dritter.

Schulpsychologie - Kontakt

Die schulpsychologischen Dezernentinnen und Dezernenten haben in der Regel einen Zuständigkeitsbereich, der sich an Landkreisgrenzen orientiert.

Weitere Informationen zu den Zuständigkeiten finden Sie unter

<https://www.rlsb.de/bu/eltern-schueler/schulpsychologie/schulpsychologie-kontakt>