

Neustart 2.0?! – Wie kann ein guter Start zurück an der Schule gelingen?

Vorwort

Sehr geehrte Beratungslehrer*innen,
der dritte Newsletter des Schulpsychologischen Dienstes Südthüringen widmet sich dem Thema **Corona und Rückkehr an die Schule**. Wir möchten Ihnen Impulse für Ihre Arbeit in der Schule und für Sie persönlich geben. Dem Newsletter sind außerdem weiterführenden Literatur- und Linktipps zum Thema „Schule und Corona“ beigelegt.

In unserem Team **Beratungslehrer*innen Südthüringen** der Thüringer Schulcloud (TSC) finden Sie eine ausführliche Handreichung zur Gestaltung des ersten Tages/der ersten Wochen nach der Rückkehr in die Schule.

Viele Beratungslehrkräfte konnten wir mittlerweile in die virtuelle Gruppe in der TSC aufnehmen. Falls Sie sich noch nicht im Team Beratungslehrer*innen Südthüringen in der TSC befinden, müssen Sie sich nur

- *persönlich in der TSC anmelden,*
- *unter „Einstellungen“ einen Haken setzen bei „Sichtbarkeit im zentralen Verzeichnis aktivieren“*
- *und uns eine Mail schreiben, dass Sie nun sichtbar sind.*

Wir nehmen Sie dann in das virtuelle Team auf. In der TSC stellen wir wichtige Informationen und Materialien für Sie bereit. Außerdem haben Sie die Möglichkeit, sich mit anderen Beratungslehrkräften, auch landkreisübergreifend, auszutauschen.

Fragen zum Nachdenken - Perspektivwechsel

Versuchen Sie einmal, die Perspektive Ihrer Schülerinnen und Schüler (SuS) einzunehmen:

- *Wie geht es meinen SuS während des häuslichen Lernens?*
- *Mit welchen Erfahrungen kommen die SuS meiner Klasse am ersten Tag wieder in die Schule?*
- *Worauf sollte ich am ersten Tag/in der ersten Woche besonders achten?*



Bildquelle:

<https://www.cornelsen.de/magazin/beitraege/schuelerinnen-und-schueler-zum-zuhoeren-animieren>

Die Erfahrungen der SuS während der Schulschließungen sind sicherlich vielfältig und hängen stark mit den häuslichen Bedingungen und dem Ausmaß der Belastung der Familien durch die Corona-Krise zusammen. Bei einigen SuS ist wahrscheinlich der Medienkonsum angestiegen. Andere SuS haben vielleicht Krankheits- oder Trauerfälle zu verarbeiten. Ein Teil der SuS ist möglicherweise Opfer häufiger familiärer Konflikte oder häuslicher Gewalt geworden.

Viele SuS werden sich freuen, Lehrer und Mitschüler wieder zu sehen. Anderen SuS, die vor den Schulschließungen schon unregelmäßig oder ungern zur Schule gegangen sind, wird der Wiedereinstieg vielleicht besonders schwerfallen.

Hinweise zur Gestaltung des ersten Tages/der ersten Wochen

Kontakt halten

Versuchen Sie, vor allem bei Kindern mit sozialen Schwierigkeiten oder Ängsten schon vor der Rückkehr in den Präsenzunterricht regelmäßig Kontakt zu halten. Dies kann beispielsweise über Videokonferenzen oder Telefonate erfolgen.

Für alle SuS und die Eltern ist es hilfreich, wichtige organisatorische Informationen zum ersten Schultag - wenn möglich - vorab zu erhalten.

Angenehme Willkommenssituation

Idealerweise wird die erste Unterrichtsstunde von der Klassenlehrkraft geleitet. Ziel des ersten Schultages sollte sein, aufzugreifen, wie es den SuS während der Zeit zu Hause ging, was sie aktuell beschäftigt und einen Ausblick zu geben, wie die nächste Zeit in der Schule gestaltet sein wird.

Lernstand und soziales Miteinander

Verschaffen Sie sich einen Überblick über den derzeitigen Lernstand der einzelnen SuS. Mit Hilfe von Fragebögen können Sie sich beispielsweise eine Rückmeldung zum Lernen zu Hause einholen. Einen Link dazu finden Sie unter den Literaturtipps.

Belastungsreaktionen im Schülerverhalten

Wenn Sie während der ersten Tage besondere Auffälligkeiten bei Ihren SuS bemerken, suchen Sie das Gespräch mit diesen SuS. Bei Bedarf verweisen Sie an interne oder externe Hilfsangebote.

Selbstfürsorge

Vergessen Sie nicht, auf sich selbst zu achten. Wenn Sie vermehrt Stresssymptome bei sich selbst wahrnehmen, gönnen Sie sich bewusste Zeiten der Erholung.



Bildquelle: gedichte-zitate.com

Ausführliche Handreichungen zu **Corona und Schule** finden Sie im Team „Beratungslehrer*innen Südthüringen“ der TSC.

Weiterführende Literatur- und Linktipps

Für Sie selbst:

- 10 Tipps des B·A·D (Gesundheitsvorsorge und Sicherheitstechnik GmbH) zu: „Wie bleibe ich mental gesund in Krisenzeiten?“, abrufbar unter: http://www.vbe-nrw.de/downloads/Corona/Corona_10_Tips.pdf
- Psychologische Tipps des Bundesverbandes deutscher Psychologen (bdp) zum Umgang mit einer Krisensituation, abrufbar unter: <https://www.bdp-verband.de/aktuelles/2020/03/coronavirus-psychologische-tipps-zum-umgang-mit-der-krise.html#>
- Krisen als Gefahren und Chancen begreifen: Kostenloses eBook „Krise - Hirn an! Klar denken und handeln bei trüben Aussichten“, Corona-Pandemie Sonderausgabe von Dr. Stefan Junker (2020), Download unter: <https://doktorjunker.de/krise-hirn-an/>

Für die Arbeit mit Ihren Schüler*innen:

- Schulpsychologie NRW: Hilfreicher Beitrag für einen Perspektivwechsel, „Coronamaßnahmen aus der Sicht der Kinder und Jugendlichen“, abrufbar unter: <https://lv-schulpsychologie-nrw.de/wp-content/uploads/2020/11/Coronamassnahmen-aus-der-Sicht-der-Kinder-und-Jugendlichen.pdf>
- Schulpsychologie NRW: Fragebögen zur Erhebung des Ist-Standes und des Erlebens der schulfreien Zeit, abrufbar unter: <http://schulpsychologie.nrw.de/schule-und-corona/material/material.html>
- MindMatters Materialien bieten u.a. im Heft „Mit Stress umgehen“ mittels der „Fünf Freunde“-Übung die Möglichkeit zur Bewusstmachung der eigenen Coping-Strategien, nach Registrierung kostenlos downloadbar unter: <https://mindmatters-schule.de/home.html>