

Anregungen für pädagogische Fachkräfte zum Umgang mit der Corona-Krise in der Schule

SIBUZ Steglitz-Zehlendorf, Fachbereich Schulpsychologie

Herausgeber

Schulpsychologisches Inklusionspädagogisches Beratungs- und Unterstützungszentrum (SIBUZ)
Steglitz-Zehlendorf, Fachbereich Schulpsychologie
Dessauerstraße 49-55
12249 Berlin
www.berlin.de/sen/bildung/unterstuetzung/beratungszentren-sibuz/steglitz-zehlendorf/

Autorinnen: Mandy Freitag, Stephanie Krause, Justyna Menke, Annette Schäfer, Katrin Theiss, Jill Weinrich

Redaktion: Katrin Baumhöver-Balder, Karen Kursawe, Annette Schäfer, Matthias Siebert

Anlage: Madeleine Körschner-Purat

Illustration: Annette Schäfer

Layout: Matthias Siebert

Weitere Mitwirkende: Regine Gartmann, Yvonne d'Hargues, Charlotte Hirz, Madeleine Körschner-Purat, Nils Noack, Dr. Eva Randhawa, Nina Shyti

Stand: 19.05.2020

Liebe Schulleitungen, liebe Pädagog*innen, liebe Erzieher*innen,

die Ihnen vorliegende Broschüre wurde vom Fachbereich Schulpsychologie des SIBUZ Steglitz-Zehlendorf unter dem Eindruck der Herausforderungen, welche die Corona-Krise in kürzester Zeit an uns alle gestellt hat, erarbeitet. Zum jetzigen Zeitpunkt, kurz vor Ostern 2020, gab es bereits eine dreiwöchige Phase, in der die Schulen geschlossen waren und das Lernen zuhause stattfand. Berichten aus diversen Quellen zufolge gab es sehr unterschiedliche Vorgehensweisen, Lernstoff zu übermitteln und Kontakt zu den Schüler*innen zu halten. Zugleich gab es sehr unterschiedliche Voraussetzungen innerhalb der Familien, das Lernen im häuslichen Umfeld zu ermöglichen und zu unterstützen. Neben den Schwierigkeiten bei der Vermittlung von Wissensinhalten gilt eine besondere Sorge den Kindern und Jugendlichen, die innerhalb ihrer Familie eventuell schon seit längerem sozialen Konflikten ausgesetzt sind. Wenn die durch den Schulbesuch vorgegebene Tagesstruktur und die sozialen Kontakte weitestgehend wegbrechen, können aus familiären Konflikten persönliche Krisensituationen entstehen. Mit der Verunsicherung bezüglich der seelischen Gesundheit einiger Schüler*innen umzugehen und sich aus der wahrgenommenen Hilflosigkeit zu befreien, stellt eine große Herausforderung dar.

Der Zeitraum, in dem Sie die Schüler*innen nicht gesehen haben, muss mehr oder minder als Blackbox gesehen werden, ein mehrwöchiger Zeitraum, der keine Feriensituation darstellte und von dem Sie nur eingeschränkt wissen, wie es den Kindern und Jugendlichen ergangen ist. Wenn die Beschulung wieder starten kann, werden einige von Ihnen recht bald zum normalen Schulalltag zurückkehren können. Einige werden jedoch emotional sehr verunsicherte Schüler*innen wie auch Kolleg*innen antreffen. Mit der vorliegenden Broschüre möchten wir Ihnen helfen, sowohl den möglichen Herausforderungen während der Schulschließungen als auch bei der Wiederaufnahme des Schulbetriebs zu begegnen.

Für einen besseren Überblick sind zunächst die wichtigsten Punkte der einzelnen Kapitel zusammengefasst, bevor Sie dann Überlegungen zur Vorbereitung auf den Schulstart und zur Kommunikation innerhalb der Schule finden können. Weiterführend gehen wir auf Möglichkeiten und Grenzen der Unterstützung innerhalb der Schule ein. Im Anschluss geht es um die Sensibilisierung für die unterschiedlichen Startbedingungen, welche die Schüler*innen nach der Phase des Lernens zuhause mitbringen. Im darauffolgenden Abschnitt finden Sie Gedanken für die Gestaltung eines gelingenden Schulneustarts und zur Absicherung der Informationsqualität. Schließlich bieten wir Ihnen Anregungen zur Durchführung eines Klassengesprächs und haben zudem Informationen zum Umgang mit Ängsten, Belastungsreaktionen und Trauma für Sie zusammengestellt. Des Weiteren vertiefen wir die Frage nach Einschätzungsmöglichkeiten einer Kindeswohlgefährdung. Zuletzt sind wichtige Anlaufstellen für Schüler*innen und Familien tabellarisch zusammengestellt, und es wird ein Instrument zur Einschätzung der Schüler*innen nach dem Lernen zuhause gegeben. Uns ist dabei stets bewusst, dass die konkrete Vorgehensweise und Umsetzung der Maßnahmen sich je nach Schulform, Schulart und Alter der Schüler*innen stark unterscheiden kann.

SIBUZ Steglitz-Zehlendorf, Fachbereich Schulpsychologie
Berlin, April 2020

Inhalt

Das Wichtigste auf einen Blick	5
Wie wir uns auf den Schulstart vorbereiten können	6
Möglichkeiten und Grenzen eigener Unterstützung.....	9
Unterschiedliche Startpositionen der Schüler*innen	10
Erster Schultag - einen sicheren Ort schaffen	12
Faktencheck.....	15
Anregungen zur Durchführung eines Klassengesprächs	16
Umgang mit Ängsten.....	20
Umgang mit Trauma und Belastungsreaktionen	23
Kinderschutz	26
Zusammenstellung wichtiger Anlaufstellen	29
Anlage: Einschätzung nach dem Lernen zuhause	31

Das Wichtigste auf einen Blick

Wie wir uns auf den Schulstart vorbereiten können

Positive Gesprächskultur als Beitrag zur Stärkung des Selbstwirksamkeitserlebens

Klärung und Festlegung von Gelingensbedingungen, Rollenverteilung und Kommunikationsstrukturen unter Beachtung des Datenschutzes

Möglichkeiten und Grenzen eigener Unterstützung

Reflektion eigener Gedanken und Gefühle, Selbstfürsorge und Abgrenzung sind für die Funktions- und Handlungsfähigkeit unabdingbar

Fokus auf Vermittlung weiterführender Hilfestellungen und Anlaufstellen bei Problemen, die schulintern nicht gelöst werden können

Faktencheck

Vermittlung von wahrheitsgemäßen, klaren und transparenten Informationen, die Orientierung geben und über aktuelle Maßnahmen und deren Gründe aufklären

Erster Schultag – einen sicheren Ort schaffen

Möglichkeiten der Gestaltung des gemeinsamen Ankommens

Vermittlung von Sicherheit durch Struktur, Wertschätzung und Beziehungsangebot

Unterschiedliche Startpositionen der Schüler*innen

Große Heterogenität im Lernstand, im Arbeitsverhalten sowie der emotionalen Verfassung

Einrichtung eines definierten Zeitraums in dem auf Benotung verzichtet wird

Anregungen zur Durchführung eines Klassengesprächs

Bessere Einschätzung von Belastungen und Auswirkungen durch Gruppengespräche

Erleben von sozialer Eingebundenheit und gegenseitiger Unterstützung

Umgang mit Ängsten

Auswirkungen von Angstreaktionen auf das Lern- und Arbeitsverhalten (z.B. Minderung der Aufmerksamkeits- und Konzentrationsfähigkeit)
Strategien zur Reduzierung der Angst (z.B. Aufgreifen bekannter Rituale/Abläufe)

Kinderschutz

Immense Belastung führt zur Verschärfung von Konflikten und Krisen

Schule als wichtige Kontrollinstanz: fachliche Einschätzung und Sensibilität für Thematik

Bei anhaltendem „unguten Bauchgefühl“: Rücksprache mit Kolleg*innen, Dokumentation von Auffälligkeiten und (Rechts-) Beratung durch eine insoweit erfahrene Fachkraft für Kinderschutz

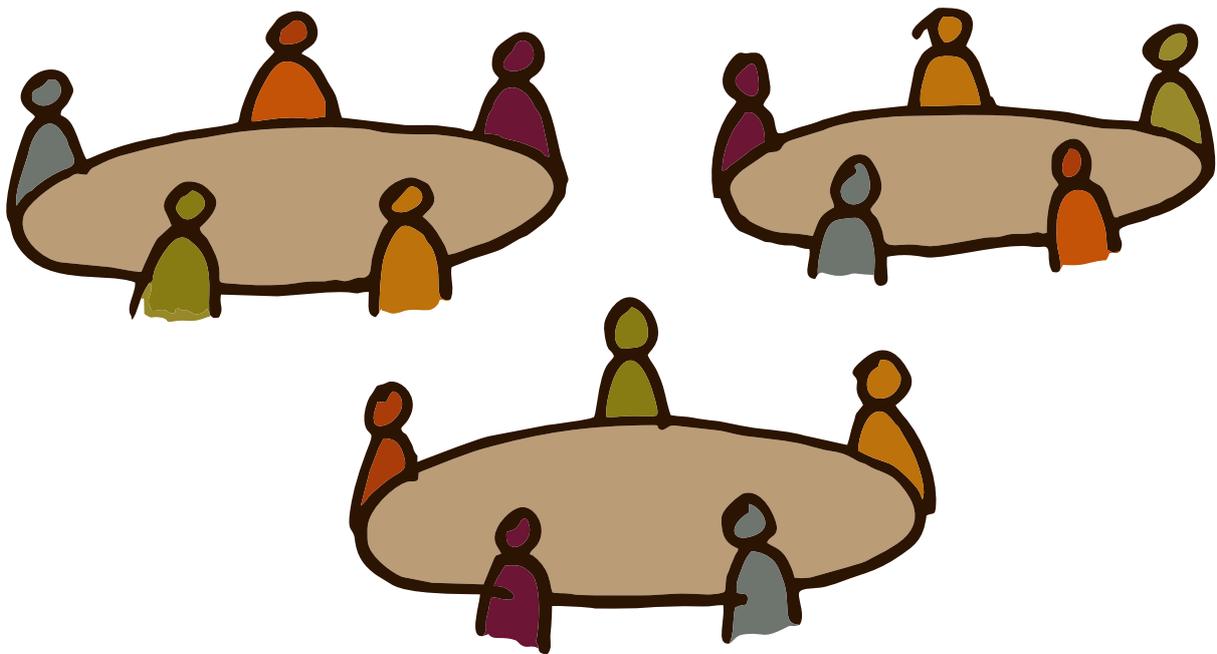
Umgang mit Trauma und Belastungsreaktionen

Breites Spektrum an Reaktionen von Kindern und Jugendlichen auf belastende Ereignisse

Zeitnahe medizinisch-psychologische Abklärung bei anhaltenden Verhaltensänderungen

Wie wir uns auf den Schulstart vorbereiten können

Für unsere momentane Situation gibt es kein Drehbuch. Wir alle sind verunsichert, einige von uns stark belastet. Jeder hat eine unterschiedliche Umgangsweise mit der Situation gefunden. Bewertungen darüber sollten vermieden, ein achtsames und rücksichtsvolles Miteinander gefördert werden. Gespräche in der Schulgemeinschaft über Ängste und Sorgen können zur Entlastung beitragen und das Gemeinschaftsgefühl stärken. In Gesprächen können kreative Vorschläge erarbeitet werden. Selbstwirksamkeit wird erlebt und Hoffnung auf ein Gelingen gefördert. Aus vielen Studien wissen wir, dass gelebte positive Gesprächskultur nicht nur zum Lernklima in der Schule und zur Berufszufriedenheit der pädagogischen Fachkräfte beiträgt, sondern auch einen entscheidenden Einfluss auf die Gesundheit hat. Daher ist in der Zeit der Corona-Krise ein besonderes Augenmerk auf die Begegnung aller Beteiligten und den gegenseitigen Austausch innerhalb der Schule zu richten.



Organisation des Schulalltags bzw. des Schulbeginns

Je nach Schulart und Alter der Schüler*innen wird es ganz unterschiedliche Anforderungen und Empfehlungen für die Organisation des Schulalltags geben.

Bei allen Entscheidungen, die getroffen werden, steht die Gesundheit der Schüler*innen und aller an Schule beteiligten Personen im Mittelpunkt. Die Entscheidung darüber, wie und unter welchen Maßgaben der Schulbetrieb aufgenommen werden soll, wird vor allem unter den Gesichtspunkten

des Gesundheitsschutzes zu treffen sein, unter Berücksichtigung aller Vorgaben der zuständigen Gesundheitsbehörden sowie unter Beachtung des Infektionsschutzes.

Wichtig wird sein, dass sich alle an Schule beteiligten Personen vor Schulbeginn zusammenfinden, um sich auszutauschen, zu planen und Vorbereitungen zu treffen. Je nach Größe der Schule wird man sich in den verschiedenen Abteilungen zusammenfinden oder im gesamten Kollegium. Themen, die besprochen werden, könnten sein:

Schutz der pädagogischen Fachkräfte und aller an Schule beteiligten Personen

- Wie gehen wir mit Personen, die zur Risikogruppe gehören, um?
- Wie gehen wir mit eigenen Ängsten um?
- Wie können Personen gut vorbereitet werden?
- Wer ist wie stark belastet? Wer traut sich was zu?
- Was kann in der Schule für die Entlastung der Personen etabliert werden?
- Wo können sich belastete pädagogische Fachkräfte extern Unterstützung holen?

Welche Gelingensbedingungen braucht es?

- Auf welches gemeinsame Vorgehen einigen wir uns?
- Was gibt uns Sicherheit?
- Welche räumlichen Veränderungen sind nötig?
- Welche Unterstützungsangebote gibt es?
- Auf welche Ressourcen können wir zurückgreifen?



Rollenverteilung

- Welche Rolle übernimmt das Krisenteam?
- Wer übernimmt was?
- Soll es Ansprechpartner für bestimmte Anliegen geben, z.B. für Eltern, Schüler*innen, pädagogische Fachkräfte etc.?

Kommunikationsstrukturen - Gegenseitiger Austausch der pädagogischen Fachkräfte

- Regelmäßiger Austausch der pädagogischen Fachkräfte untereinander stärkt, wirkt entlastend und sollte unbedingt etabliert werden, falls diese Strukturen nicht schon an der Schule vorhanden sind. Dies kann auch ein Raum sein, in dem Reflexionsprozesse stattfinden.
- Wie stark bin ich belastet? Bin ich einsatzfähig? Wo sind meine Grenzen? Wo kann ich mir Hilfe holen?
- Pädagogische Fachkräfte können sich durch einen Austausch untereinander stützen, Mut machen und gemeinsam für mehr Ausgleich und Entspannung sorgen.

Austausch über Schüler*innen

Klassen- und stufenübergreifende Austausch- und Verständigungsprozesse sind notwendig, um einen Austausch über Schüler*innen sowohl zum Leistungsstand als auch zur emotional-sozialen Entwicklung zu ermöglichen. Im Kolleg*innenkreis kann überlegt werden, welche Maßnahmen durchgeführt werden können und welche Interventionsmöglichkeiten sich für die Zukunft anbieten.

Datenschutz

In Gesprächen bekommen pädagogische Fachkräfte an der Schule Informationen über die Privatsphäre der Schüler*innen und deren Familien. Diese Daten dürfen nicht ohne Zustimmung der Eltern bzw. der Personensorgeberechtigten an Dritte weitergegeben werden, da dies eine Verletzung des Persönlichkeitsrechts darstellen würde. In diesem Zusammenhang ist auch die pädagogische Schweigepflicht zu nennen. **Stellen Sie daher immer sicher, dass Sie eine Zustimmung der Eltern bzw. der Personensorgeberechtigten einholen, bevor Sie vertrauliche Daten weitergeben.** Dies gilt auch für die Weitergabe von Informationen an die Klassengemeinschaft. Vertrauliche Daten könnten in der Corona-Krise z.B. sein: Information darüber, dass Familienmitglieder positiv auf das Coronavirus getestet wurden, Tod eines Familienmitgliedes etc. Unterstützung im Umgang mit Todesfällen erhalten Sie im SIBUZ Steglitz-Zehlendorf, Fachbereich Schulpsychologie, nach Maßgaben der Notfallpläne.

Kooperation mit dem SIBUZ

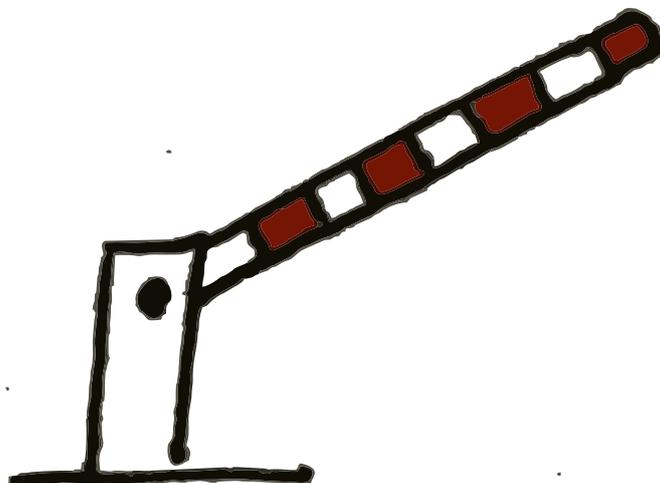
Ein Gefühl von Hilflosigkeit kann z.B. bezüglich der Schüler*innen entstehen, die in der Zeit des Lernens zuhause nicht erreichbar gewesen sind. Auch für diese Anliegen können Sie die kooperative Sprechstunde nutzen, um sich mit den Kolleg*innen aus dem SIBUZ zu beraten. Dieses Angebot gilt auch für belastete pädagogische Fachkräfte. Anfragen können per Email 06SIBUZ@senbjf.berlin.de oder Telefon 030 902 99 25 72 an das SIBUZ Steglitz-Zehlendorf gerichtet werden.

Möglichkeiten und Grenzen eigener Unterstützung

In unruhigen Zeiten ist es besonders relevant, Sicherheit und Ruhe zu vermitteln. Das Gefühl, einen Raum/ein Gehör für Sorgen und Probleme in einem sicheren Rahmen zu bekommen, schafft Sicherheit, Struktur und Normalität.

Damit dies gelingen kann, ist es jedoch von großer Bedeutung, dass Sie als pädagogische Fachkräfte eigene Grenzen klar erkennen, ernst nehmen und ziehen. Sie werden Situationen erleben, in denen Sie nicht in dem Maße helfen können, welches Sie für richtig und wichtig halten. Solche Situationen sind Ihnen sicherlich aus Ihrem normalen schulischen Alltag bekannt. Im Nachgang dieser Krise werden Sie sie jedoch vielleicht vermehrt erleben. Versuchen Sie, jetzt besonders gut zu schauen, was wirklich möglich ist. Fragen Sie sich:

- Was kann ich in meiner Position tun?
- Was kann ich aktuell selbst bewältigen?
- Wie geht es mir damit?
- Wo sind meine Grenzen/die Grenzen dessen, was Schule leisten kann, und an wen kann ich weitervermitteln, wenn diese erreicht sind?
- An wen wende ich mich, wenn ich selbst Unterstützung brauche?

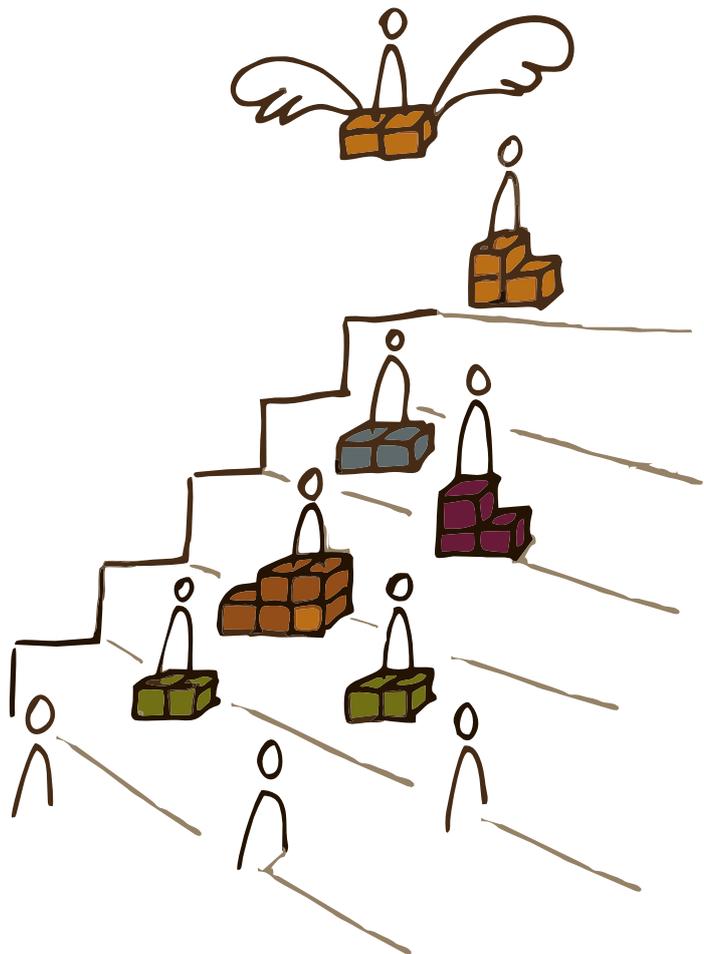


Sie werden nicht alles lösen können, und das ist auch nicht Ihre Aufgabe. Wichtig ist, dass Sie wissen, welche Stelle/n weiterführende Hilfen in spezifischen Situationen anbieten. Dafür haben wir Ihnen am Ende der Broschüre eine Liste mit allen wichtigen Anlaufstellen zusammengestellt, die sie bei Bedarf weitergeben oder selbst kontaktieren können. Hier erhalten Sie bzw. die betroffenen Schüler*innen/Familien zu verschiedenen Themen weiterführende Informationen und Unterstützung. Persönliche Beratung erhalten Sie im SIBUZ.

Unterschiedliche Startpositionen der Schüler*innen

Der Fernunterricht bzw. das Lernen zuhause im Zusammenhang mit der Corona-Krise wird bei der Rückkehr in den normalen Schulalltag eine große Herausforderung an das Prinzip der Chancengleichheit im Unterricht stellen. Familien mussten in den zurückliegenden Wochen lernen, ihren gemeinsamen Alltag mit beruflichen und schulischen Verpflichtungen neu und anders zu strukturieren. Einigen Schüler*innen wird es gut gelungen sein, eine Tagesstruktur aufrechtzuerhalten, selbststrukturiert zu lernen und die gestellten Aufgaben zu bearbeiten. Eltern konnten unterstützend zur Seite stehen und motivierend einwirken. Andere Schüler*innen haben sich womöglich schwer getan mit der aufzubringenden Selbstdisziplin, beim Arbeiten Misserfolge erlebt und aus verschiedensten Gründen weniger auf die Unterstützung ihrer Eltern zurückgreifen können. So ist aufgrund der individuellen Erfahrungen, Eindrücke und Leistungsfortschritte im häuslichen Kontext bei Rückkehr in den regulären Schulbetrieb eine (große) Heterogenität im Lernstand, im Arbeitsverhalten sowie der emotionalen Verfassung der Schüler*innen zu erwarten.

Sie werden auf Schüler*innen treffen, die gerne sofort an den schulischen Alltag vor der Schulschließung anknüpfen und Normalität erfahren wollen – und wiederum auf andere, die mehr Zeit benötigen, um sich ein- und zurechtzufinden. Zu Beginn wird es nicht möglich sein, regulären Stoff und anstehende Themen wie im „Normalbetrieb“ durchzuarbeiten. Zusätzlich zu den wahrgenommenen Unterschieden im Lern- und Arbeitsstand sowie der seelischen Lage der Schüler*innen können (schulrechtliche) Fragen bezüglich der adäquaten Bewertung, der Lernentwicklung, den Förderprognosen und den Abschlüssen zu Verunsicherung führen. Hierzu wäre Ihr Ansprechpartner die Schulaufsicht, um Auskünfte zu erhalten.



Die Umstände sind für alle neu und besonders. Erlauben Sie sich und Ihren Schüler*innen daher die Zeit und den Raum, gemeinsam anzukommen und sich zu sammeln. Klassenlehrer*innen kennen Ihre Schüler*innen mit ihren individuellen Stärken und Schwächen am besten. Sie können einschätzen, wer von ihnen beim Prozess der Wiedereinfindung in den Schulalltag mehr Begleitung benötigt und wer bei der Bearbeitung der anstehenden Aufgaben mehr Unterstützung braucht. Sie haben einen Überblick darüber, mit welchen Familien ein guter Austausch zum Lernstand möglich war und mit welchen Schüler*innen kaum oder gar keinen Kontakt bestand. Mögliche entstandene Defizite können im regulären Schulbetrieb nicht direkt aufgeholt werden. Vielmehr ist es primär notwendig, überhöhte Leistungserwartungen zu relativieren, schulbezogenen Versagensängsten entgegenzuwirken und den Blick für neu entwickelte Ressourcen zu schärfen.

Eine Möglichkeit besteht darin, dass im Unterricht für einen klar definierten Zeitraum auf die Benotung verzichtet wird. Es ist wichtig, dass sowohl der Beginn als auch das Ende dieses „Lernen ohne Benotung“ an die Schüler*innen transparent kommuniziert wird. Der konsequente Verzicht auf eine Bewertung kann den Schüler*innen ermöglichen, sich ohne Leistungsdruck auf den Lernprozess zu konzentrieren. Hierbei ist eine wertschätzende und direkte Rückmeldung zu den individuellen Lernfortschritten dennoch essenziell (siehe dazu UKB Berlin, Modul 3 in der Quellenangabe).

Vor dem Hintergrund der aktuellen Situation und den damit einhergehenden Veränderungen und Anpassungen im Schulbetrieb stellt der Ausgleich der Lern- und Leistungsheterogenität eine noch größere Herausforderung dar. Sich dieser Schwierigkeit bewusst zu werden, kann helfen, entstandene Lernrückschritte innerhalb der Klasse von den eigenen Ansprüchen an die Beschulung abzugrenzen. Fordern Sie nicht von sich selbst, alle Antworten alleine finden zu müssen. Hilfreich kann sein, hier auf die Stärke der Schulgemeinschaft zurückzugreifen und in den Dialog mit Kolleg*innen und Schulleitung zu gehen. Beispielsweise können sie gemeinsam besprechen, wie der erste Schultag verlaufen soll, ob Sie sich alle eine fest verabredete „Startphase“ einräumen wollen, nach der Sie sich im Plenum oder Klassenverband austauschen, oder auf welche Ressourcen innerhalb der Schule zurückgegriffen werden kann (Förderunterricht, Kleingruppen, Doppelsteckung). Weitere Anregungen finden sich im Kapitel „Kommunikation in der Schule“ und „Erster Schultag“. Am Ende der Broschüre finden Sie außerdem ein mögliches Instrument zur Einschätzung der Schüler*innen nach dem Lernen zuhause.

Quellenangabe:

UKB, Unfallkasse Berlin (2014). FOSIS – Handlungsempfehlungen zur Gesundheitsförderung im Unterricht. Modul 3.

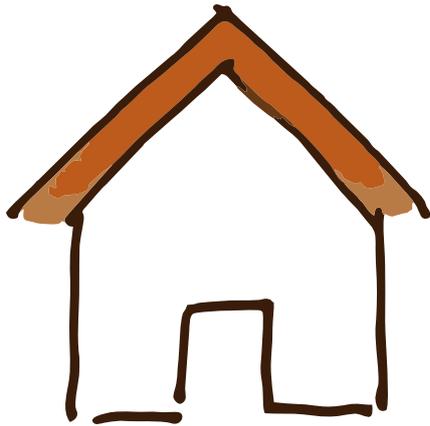
Lern- und Leistungsraum. <https://www.unfallkasse-berlin.de/sicherheit-und-gesundheitsschutz/schulen/unterrichtsmethoden-fosis/modul-3-lern-und-leistungsraum> (Abruf 08.04.2020)

Erster Schultag - einen sicheren Ort schaffen

In der ersten Zeit, nachdem die Schule wieder gestartet ist, ist es sinnvoll, den Kindern und Jugendlichen Zeit zum Ankommen zu gewähren. Stabile Bedingungen helfen, eine emotionale Beruhigung zu fördern. Die Zeit der Schulschließungen hat den Alltag der Familien weitreichend beeinflusst. Die Kinder und Jugendlichen haben die Verunsicherung der Gesellschaft gespürt und mussten selbst die Kontaktsperren zu den Mitschüler*innen einhalten. Einige werden sich gut zuhause beschäftigt haben und sich über viel Freizeit gefreut haben. Andere könnten mit vielfältigen Ängsten, Sorgen und eventueller Hilflosigkeit von Erwachsenen/Bezugspersonen konfrontiert worden sein. Die Rückkehr zum konzentrierten Stillsitzen und Arbeiten bedarf evtl. vor allem bei jüngeren Kindern einer Vorbereitungsphase. Schüler*innen, die über einen längeren Zeitraum unter einer sehr hohen emotionalen Anspannung gestanden haben, können bei Nachlassen dieser Anspannung z.B. nachhaltig müde sein. Sie können sich evtl. nicht lange konzentrieren und benötigen vermehrte Pausen (Tipp: z.B. eine Ruhecke im Klassenraum als Rückzugsort einrichten). Andere Schüler*innen profitieren von Bewegungspausen. Die gemeinsame körperliche Aktivität hilft, Spannungen und Ängste abzubauen und das Gemeinschaftsgefühl zu stärken. Gleichzeitig kann mit körperlicher Anstrengung überschüssige Energie abregiert werden. So kann auch aggressivem Verhalten vorgebeugt werden (vgl. Kapitel Umgang mit Ängsten).



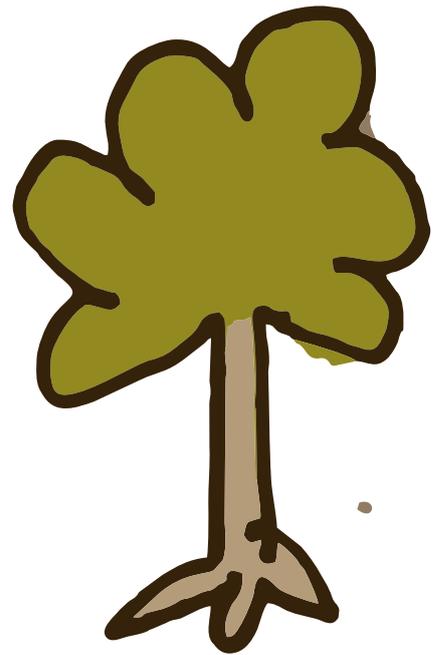
Je sicherer sich die Schüler*innen in ihrem Schulalltag wieder fühlen, umso besser wird die Wiederaufnahme des Lernens in gewohnter Form erfolgen können. Erheblich verunsicherte Schüler*innen sind kaum in der Lage, sich auf Lerninhalte einzulassen. Äußere Sicherheit wird durch klare Strukturen, Verlässlichkeit und Transparenz geschaffen. Hierzu gehört auch die Übersichtlichkeit im Klassenraum. Bekannte Regeln und Rituale sollten beibehalten und wiederholt werden. Wenn Sie neue Regeln einführen müssen, z.B. zur Abstandshaltung,



besprechen Sie diese mit der Klasse. Zuständigkeiten bzw.

Aufgabenverteilungen sollten klar formuliert und

fest verabredet werden. Am besten schreiben Sie die Verabredungen auf Kärtchen, Schilder oder Pläne und hängen sie gut sichtbar im Klassenraum auf. Die Schüler*innen werden besonders gut in den wieder



zusammengefundenen Klassenverband eingebunden, wenn sie positive Beziehungserfahrungen machen. Als Erwachsener ist es wichtig, zuverlässig und wertschätzend dem Einzelnen gegenüber zu sein und trotzdem klare Strukturen vorzugeben. Peer-to-Peer-Erfahrungen sollten beobachtet und können auch angeleitet werden. Gemeinsame Erfahrungen durch Austausch und Spiel, sowie das Gefühl, sich aufeinander verlassen zu können, stärken sichere Beziehungen. Als stabil und sicher werden Beziehungen gerade dann erfahren, wenn auch Unsicherheiten ausgehalten werden können. Innere Sicherheit entsteht erst, wenn die äußere Sicherheit als dauerhaft und verlässlich anerkannt wird.

Eventuell zeigen einige Schüler*innen in der Zeit des Schulstarts nach der Corona-Krise zunächst unverständliches oder destruktives Verhalten. Dies kann sehr anstrengend sein. Mit dem Leitgedanken, das Verhalten nicht als „unnormales“ anzusehen, sondern als normale menschliche Reaktion auf unnormale Ereignisse, wird eine wertschätzende Perspektive eingenommen. Wenn Sie sich trotz aller Schwierigkeiten im Alltag bewusst machen, dass dieses Verhalten in anderen Kontexten eine stützende und schützende Funktion eingenommen hatte, ist es besser einzuordnen. Ein weiterer, oft als entlastend empfundener Aspekt ist, dass dieses Verhalten nicht als Reaktion auf die aktuelle Situation angesehen werden muss. Es bedeutet nicht, dass die Schüler*innen das Beziehungsangebot ablehnen. Das Verhalten hatte einen guten Grund, der in der Verbindung mit der früheren Situation verständlich wird. So wird die aktuelle Situation besser

aushaltbar und Sie stärken gleichzeitig das Gefühl der Schüler*innen, in Ihnen eine stabile und zugewandte Bezugsperson zu haben.

Quellenangabe:

Großmann, N. & Glatzer, D. (2011). Kriseneinsatz Schule. Ein schulpsychologisches Handbuch. Mit Trainermanual für die Fortbildung Stuttgart: Kohlhammer

UNHCR (2018). Flucht und Trauma im Kontext Schule. 4. aktualisierte Auflage. https://www.unhcr.org/dach/wp-content/uploads/sites/27/2019/01/AT_Traumahandbuch_Auflage4.pdf (Abruf 09.04.2020)

Zimmermann, D. (2017). Traumatisierte Kinder und Jugendliche im Unterricht. Ein Praxisleitfaden für Lehrerinnen und Lehrer. Weinheim: Beltz

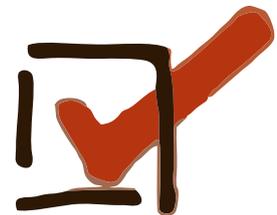
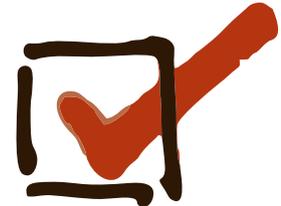
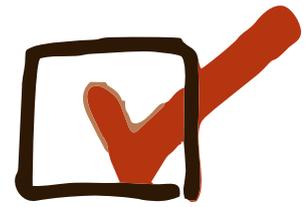
Faktencheck

Es hat sich gezeigt, dass es in Krisensituationen wichtig und hilfreich ist, verlässliche Informationen transparent zu vermitteln. Informationen geben nicht nur Orientierung, sondern beruhigen und werden als „entlastend“ erlebt. Es sollten Informationen über die aktuelle Situation, über das weitere Vorgehen und die Gründe für eine Maßnahme gegeben werden.

Informationen sollten klar, eindeutig und wahrheitsgemäß sein. Dabei sollten keine Versprechungen oder Prognosen gemacht werden, die nicht eingehalten werden können. Es könnte sein, dass einige Schüler*innen „unseriöse“ Informationen über die Corona-Krise erhalten haben. Orientieren Sie sich deshalb an den Inhalten der Informationen, die von den öffentlich rechtlichen Medieninstitutionen und der Senatsverwaltung Berlin herausgegeben werden, und geben Sie ausschließlich diese Information an die Schüler*innen weiter.

Quellenangabe:

Lasogga, F., Gasch, B, (2011). Notfallpsychologie. Lehrbuch für die Praxis 2. Auflage. Heidelberg: Springer Medizin Verlag



Anregungen zur Durchführung eines Klassengesprächs

Die Auswirkungen der Corona-Krise werden von Schüler*innen individuell unterschiedlich erlebt. Im Gespräch mit den Schüler*innen kann herausgefunden werden, wie von jedem/r einzelnen Schüler*in die Zeit des Lernens zuhause erlebt wurde und die Gegenwart erlebt wird. Mit Wissen um mögliche Belastungen können Auswirkungen auf Schulleistungen, auf Lernleistungen und auf das Verhalten in der Schule besser eingeordnet werden bzw. externe Hilfsangebote initiiert werden. Die Erfahrung hat gezeigt, dass es nach Belastungssituationen/Krisensituationen hilfreich ist, Gespräche zu führen. Außerdem bieten sie die Möglichkeit, soziale Eingebundenheit bzw. Gemeinschaftsgefühl und gegenseitige Unterstützung zu erleben.

Wichtige Grundsätze:

Alle möglichen Reaktionen bzw. Auffälligkeiten in und nach dieser „unnormalen“ Situation sind als vollkommen normal anzusehen. Bitte bewerten Sie die Aussagen und Reaktionen der Schüler*innen nicht!

Wenn Sie mit den Schüler*innen in dieser Situation erste Gespräche führen, ist es aus unserer Sicht wichtig, dass Sie sich dabei nicht vorrangig auf die Gefühlsebene konzentrieren wie z.B. „Wie hast du dich gefühlt?“ oder „Wie fühlst du dich gerade?“, weil hiermit Gefühlsüberflutungen ausgelöst werden könnten. Gespräche, bei denen Gefühle im Mittelpunkt stehen, werden in der Regel zu späterer Zeit geführt und bedürfen je nach Stärke einer erlebten Belastung u.U. fachlicher Kompetenz. Sinnvoll ist es, danach zu fragen, was die Schüler*innen erlebt haben und was ihnen hilft, mit der momentanen Situation und in nächster Zeit zurechtzukommen. Das können Strategien sein, die bisher erfolgreich waren.

Vorschlag für die Durchführung eines Klassengesprächs/Gruppengesprächs (Formulierung kann altersgemäß angepasst werden).

Gruppengespräch (in Anlehnung an: Großmann & Glatzer, 2011)

Das Gespräch sollte zu Beginn der Schule von einer oder auch zwei Personen durchgeführt werden, die die Klasse kennen, i.d.R. ist das der Klassenlehrer*in oder auch das Klassenleitungsteam (eine Person übernimmt die Gesprächsführung, die zweite unterstützt und begleitet). Auch könnten die Mitarbeiter*innen der Schulstation unterstützen. Pädagogische Fachkräfte, die selbst stark betroffen oder belastet sind, sollten für das Gespräch nicht eingesetzt werden. Es ist ratsam, sich auf das Gespräch vorzubereiten. Um Zeitdruck zu vermeiden, sollte für ein Klassengespräch ausreichend Zeit eingeplant werden (i.d.R. mehr als 45 Minuten). Diese Vorlage kann zur Gedächtnisstütze in die Hand genommen werden.

Setting:

- Wenn möglich Stuhlkreis bilden.

Vorgehen erklären:

- Angebot erläutern: z.B. Wir möchten gerne mit euch darüber reden, was ihr in der Zeit zuhause erlebt habt.

Gesprächsregeln auf Tafel oder Flipchart visualisieren:

- Teilnahme an dem Gespräch ist freiwillig (auch wenn der eine oder andere Schüler*in „nur“ zuhört, ist das völlig in Ordnung).
- Jeder darf ausreden.
- Alles, was gesagt wird, ist von allen vertraulich zu behandeln.

Erfahrungen/Erlebnisse sammeln, z.B. mit folgenden offenen „W“-Fragen:

- Was habt ihr in den letzten Wochen erlebt?
- Wie habt ihr euren Tag verbracht?
- Was ist euch durch den Kopf gegangen?
- u.ä.

Alternativ: Erfahrungen/Erlebnisse über das Ausfüllen von Kärtchen sammeln:

- Bei älteren Schüler*innen können die Gedanken oder Erfahrungen/Erlebnisse auch gesammelt werden, indem jede/r Schüler*in ein Kärtchen ausfüllt. Danach werden entweder die eigenen Karten oder in anonymisierter Form eine andere Karte vorgelesen.
- Besprechen Sie jedes Kärtchen im Plenum, z.B.: Welche Gedanken, Anregungen gibt es hierzu? Wer möchte etwas dazu sagen?
- Die Karten können nach Bereichen auf dem Boden oder an der Wand geordnet werden (clustern), z.B. Situation beim Lernen, Familie, Freizeit etc.

Bitte bewerten Sie die Aussagen und Reaktionen der Schüler*innen nicht und halten Sie auch die Schüler*innen dazu an, die Aussagen von Mitschülern bzw. Mitschülerinnen nicht zu bewerten.

- Informieren Sie die Schüler*innen, dass in solch einer „unnormalen“ Zeit körperliche und emotionale Reaktionen (Angstgefühle, Schlafprobleme, Konzentrationsprobleme, Sorgen, Lernschwierigkeiten, Niedergeschlagenheit ...) auftreten können und dies kein Zeichen von Versagen/Schwäche ist. Man braucht sich wegen solcher Reaktionen nicht zu schämen! Alle Reaktionen sind in so einer „unnormalen“ Situation/Zeit normal.

Zukunft und Bewältigungsstrategien:

Regen Sie die Schüler*innen dazu an, darüber zu sprechen, was ihnen bisher half, schwierige Situationen zu bewältigen. Ziel: Bewusstmachung von bewährten Bewältigungsstrategien und Erweiterung des Bewältigungsrepertoires durch die Aktivierung eigener Ressourcen. Fragen an

Schüler*innen, die davon berichten, dass sie die vergangenen Wochen als schwierig erlebt haben, könnten z.B. sein:

- Was hat euch bisher in Situationen geholfen, in denen es euch schlecht geht?
 - Was habt ihr da gemacht, um euch abzulenken?
- Wie könnt ihr euch gegenseitig unterstützen?
- Zu wem kann ich gehen, wenn es mir schlecht geht?
- Mit wem kann ich reden?
- In diesem Zusammenhang können auch Strukturierungshilfen für den Alltag besprochen werden, um Sicherheit zu geben.

Es hat sich bewährt, die Bewältigungsmöglichkeiten bzw. Selbsthilfemethoden an der Tafel zu sammeln oder schriftlich zusammenzufassen. So wird für einzelne Schüler*innen eine Erweiterung der eigenen Handlungsmöglichkeit unaufdringlich angeboten (z.B. darüber reden, Radfahren, Musik hören, etc.)

Gesprächsabschluss:

- Zusammenfassung der Teilnehmerkommentare
- Wertschätzung für Äußerungen und das gegenseitige Zuhören mitteilen
- Gesprächsangebote für Einzelne: „Wir bleiben jetzt noch da, falls jemand von euch noch Fragen hat, über die ihr einzeln mit uns sprechen möchtet.“

Nach dem Gruppengespräch bietet sich eine Nachbesprechung mit Kollegen*innen an. Die pädagogischen Fachkräfte können die Schüler*innen mit ihren momentanen Bedürfnissen sensibel wahrnehmen, mögliche Auffälligkeiten registrieren und ihnen die nötige Unterstützung zukommen lassen, ohne sie zu stigmatisieren. Die weitere Entwicklung von Schüler*innen, die sich nicht an dem Gespräch beteiligt haben, sollte feinfühlig beobachtet werden. Auch dem vielleicht aufkommenden Bewegungsbedürfnis sollte entgegengekommen werden, um den Abbau von Spannungen zu unterstützen.

Wir wissen im Moment nicht, wie sich die Corona-Krise weiterentwickelt. Vermutlich wird es noch etwas dauern, bis wir einen Prozess der „Renormalisierung“ einleiten können. In oder nach anderen Krisensituationen hat sich gezeigt, dass der Schulalltag eine stabilisierende und angstreduzierende Wirkung auf Schüler*innen haben kann, die aber individuell sehr unterschiedlich ausfallen kann. Es wäre daher hilfreich, wenn auch über den ersten Schulalltag/ die erste Schulwoche hinaus Gesprächsangebote für Schüler*innen organisiert werden könnten. Angepasst an den Unterstützungsbedarf können die Angebote nach gewisser Zeit zurückgefahren werden (siehe auch Kapitel „Kommunikation innerhalb der Schule“).

Quellenangabe:

Großmann, N., Glatzer, D. (2011). Kriseneinsatz in der Schule. Ein schulpsychologisches Handbuch. Mit Trainermanual für die Fortbildung. 1. Auflage. Stuttgart: Kohlhammer GmbH

Hintergrundinformation:

Jeder Mensch hat je entsprechend seiner bisherigen lebensgeschichtlichen Erfahrungen Bewältigungsstrategien (Coping-Strategien) entwickelt, die im konkreten Fall je nach Vorerfahrung angewandt werden. Eine generelle erworbene Strategie, die ebenfalls im Notfall eine Rolle spielen könnte, ist der Grad an kommunikativer Offenheit: Einige Menschen haben z.B. in ihrem Leben nicht gelernt, über Probleme zu sprechen, sondern sie nur mit sich selbst auszumachen, während andere gewohnt sind, über alles mit irgendjemandem zu reden. Auch diese Vorerfahrungen wirken sich in Krisensituationen aus, z.B. im Kontakt zu Lehrer*innen oder Helfer*innen. Eine Variante von Verarbeitungsstrategien sind sogenannte Abwehrmechanismen. Sie helfen, Frustrationen zu mildern. Sie reduzieren für die betreffende Person Konflikte, Spannungen und Angstgefühle. In Belastungssituationen/Krisensituationen werden häufig folgende Abwehrmechanismen beobachtet: Verleugnung, Verdrängung, Rationalisierung, Regression, Somatisierung.

Verleugnung bedeutet, dass die Betroffenen das Geschehen nicht wahrhaben wollen. Sie verhalten sich so, als würde es keine Krise geben. Dazu könnte auch gehören, dass man sich, entgegen dem realen Informationsbedürfnis, keine realen Informationen über das Geschehen wünscht (Lasogga & Gasch, 2011).

Verdrängung heißt, dass die Betroffenen das Geschehen zwar wahrnehmen, aber möglichst rasch zu vergessen suchen. Im Alltagssprachgebrauch wird dieser Mechanismus sogar von anderen Menschen als Verarbeitungsmechanismus angeboten: „Vergiss es doch einfach!“ Verdrängungsmechanismen sind häufig dafür verantwortlich, dass belastete Personen Hilfe ablehnen, obwohl diese aus fachlicher Sicht förderlich ist: „Ich will nur in Ruhe gelassen werden“ (Lasogga & Gasch, 2011).

Rationalisierung bedeutet, dass Betroffene versuchen, das Geschehen nachträglich als konsequente Folge von vorangegangenen Verhaltensweisen zu rechtfertigen. Es werden oft diverse Gründe angegeben, warum das Geschehen eintreten „musste“ (Es konnte eigentlich gar nicht anders kommen!). Es werden sogar positive Aspekte herangezogen, die das Geschehen als in gewisser Weise nützlich erscheinen lassen. Dass eine Krise unter existenzialphilosophischer Betrachtung tatsächlich positive Veränderungen einleiten kann, soll hier nicht diskutiert werden (Lasogga & Gasch, 2011).

Auch der Abwehrmechanismus der **Regression** ist häufig zu beobachten. Die Menschen fallen auf frühere Entwicklungsstufen zurück. Z.B. kann es bei Grundschulern vorkommen, dass sie weinen und schreien und „bemuttert“ werden möchten (Lasogga & Gasch, 2011).

Unter **Somatisierung** versteht man in der Psychologie das Phänomen, dass ein psychischer Konflikt in ein körperliches Symptom überführt wird bzw. sich darin ausdrückt. Somatisierung ist somit ganz allgemein ein Prozess, bei dem sich seelische und meist unbewusste Konflikte, die nicht verarbeitet werden konnten, als körperliche Symptome ausdrücken. Bei einer Angsterkrankung kann das etwa Herzrasen sein oder auch Tinnitus. Häufig hat eine solche Störung Symbolcharakter für die Ursache, sodass eine psychische Ursachenforschung hilfreich sein kann, indem man etwa Verbindungen zu belastenden Lebensereignissen herstellt (Stangl, 2020).

In diesem Zusammenhang sei auch der **sekundäre Krankheitsgewinn** zu erwähnen. Dieser könnte beispielsweise darin bestehen, dass man im Zentrum des Interesses steht, dass man schonend behandelt wird. Dies kann auch dazu führen, dass positive Veränderungsprozesse bewusst hinausgezögert werden, um nicht wieder selbstverantwortlich in Aktion treten zu müssen (Lasogga & Gasch, 2011).

FAZIT: Biologische, soziokulturelle und individuelle vermittelnde Variablen bestimmen, wie eine Krise verarbeitet wird

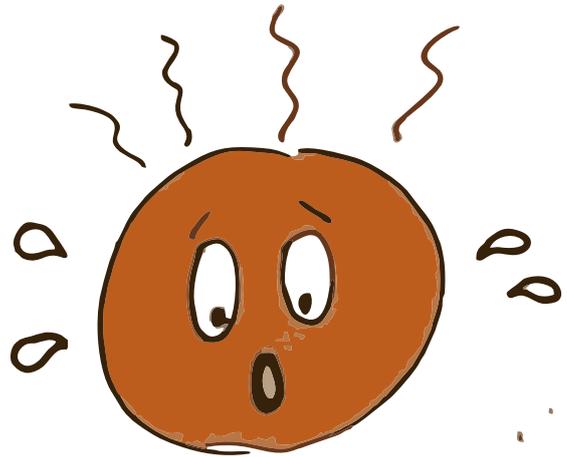
Quellenangabe:

Lasogga, F., Gasch, B. (2011). Notfallpsychologie. Lehrbuch für die Praxis 2. Auflage. Heidelberg: Springer Medizin Verlag
Stangl, W. (2020). Stichwort: 'Somatisierung'. Online Lexikon für Psychologie und Pädagogik.

WWW: <https://lexikon.stangl.eu/5340/somatisierung/> (2020-04-07)

Umgang mit Ängsten

Vor dem aktuellen Hintergrund der Corona-Pandemie können sich verschiedene Ängste ausbilden oder bereits bestehende Ängste verstärken (soziale Ängste, Leistungsängste, Existenzängste, Ängste selbst zu erkranken, Ängste um Angehörige u.v.m.). Ganz allgemein erfüllt Angst allerdings eine wichtige Schutz- und Alarmfunktion. Sie hilft uns, Gefahren zu erkennen und bereitet unseren Körper auf schnelles Handeln vor. Angst zu haben ist also generell, aber besonders auch jetzt, normal und völlig legitim. Das Ziel kann es demnach nicht sein, keine Angst mehr zu empfinden, sondern einen hilfreichen Umgang mit der Angst zu finden. Wichtig ist hier, dass nicht alle Menschen durch die aktuellen Geschehnisse Ängste entwickeln oder erleben. Ebenso wie wir uns beispielsweise in der Extrovertiertheit unterscheiden, sind wir auch in der (genetischen) Disposition der Ängstlichkeit verschieden. Ein wichtiger Faktor ist die subjektive Bewertung der Ereignisse, also ob wir eine Situation als Bedrohung wahrnehmen, sowie die Bewertung verfügbarer Bewältigungsmöglichkeiten. Eine Situation oder ein Ereignis wird als gefährlich bewertet, wenn die Anforderungen (subjektiv) die eigenen Ressourcen zur Bewältigung übersteigen. Dies löst eine Stressreaktion und ggf. Angst aus.



Eine Angstreaktion zeigt sich auf vier Ebenen:

Körperliche Ebene

- Herzrasen
- Schwitzen
- Atemnot
- Zittern, weiche Knie

Gedankliche Ebene

- Finde ich wieder den Anschluss an meine Klasse?
- Werden meine Großeltern sterben?
- Verlieren meine Eltern ihren Job?
- Kann ich meinen Abschluss noch erreichen?

Verhaltensebene

- flüchten/vermeiden
- Hilfe suchen
- Einnahme von Medikamenten/ Alkohol/ Drogen
- Aggressives Verhalten

Gefühlsebene

- Hilflosigkeit
- Furcht
- Resignation
- Gefühl des Ausgeliefertseins

Angst wird als unangenehmer Zustand erlebt, und die Strategien zum Umgang mit diesem Erleben sind sehr vielfältig. So können manche Schüler*innen ein Rückzugs- oder Vermeidungsverhalten zeigen oder im Gegenteil verstärkt den Kontakt und die Aufmerksamkeit des Schulpersonals suchen. Des Weiteren ist ein gereiztes, aggressives Verhalten ebenso ein mögliches Reaktionsmuster. Außerdem kann auch ein Rückfall auf ein früheres Entwicklungsstadium beobachtet werden. So können bereits abgelegte Entwicklungsängste wie z.B. Angst vor der Dunkelheit oder Trennungsängste (Trennung von nahen Bezugspersonen) wieder aktiviert werden. Je nach Alter versuchen manche Schüler*innen ihre Ängste mit Alkohol- und Drogenkonsum zu beruhigen.

Da Angst ein Gefühl mit einer starken körperlichen Komponente ist, können diese körperlichen Begleitsymptome (Herzrasen, Hyperventilieren, Muskelanspannung usw.) zusätzlich beängstigend wirken. Der Körper arbeitet während eines Angstanfalls auf Hochtouren, Adrenalin wird ausgeschüttet und sehr viel Energie verbraucht. Dies bindet viel Kapazität, sodass bei Schüler*innen mit einer Angstreaktion die Aufmerksamkeit und Konzentration gemindert, Denk- und Lernvorgänge gestört sowie der Abruf von Lernstoff blockiert werden können. Allerdings kann der Körper diesen hohen Erregungszustand nicht lange aufrechterhalten und reguliert sich selbst durch natürliche, biologische Gegenprozesse wieder herunter. Dieses „Herunterfahren“ kann sich im Unterricht durch Erschöpfungszustände zeigen. Außerdem können Ängste zu Schlafstörungen führen, was sich wiederum auf die Leistungsfähigkeit in der Schule auswirkt.

Wie können Schüler*innen unterstützt werden?

Angst führt häufig zum Rückzug auf Vertrautes und Bekanntes, das ein Gefühl von Sicherheit und Kontrolle gibt. Im Schulkontext kann dies beispielsweise dadurch gestützt werden, dass bekannte Rituale und Abläufe in der Klasse wieder aufgegriffen werden. Ein wertschätzendes, vertrauensvolles Klassenklima sowie eine klare und transparente Tagesstruktur (Unterrichtsstruktur) schaffen Stabilität und Vorhersagbarkeit. Wenn möglich, bauen Sie besonders bei jüngeren Kindern Freiraum für Bewegung ein (strecken, dehnen, Schultern kreisen). Das baut Anspannung ab und fördert die Sauerstoffaufnahme. Die Wahrnehmung von Selbstwirksamkeit, eigener Kompetenz und Handlungsmöglichkeit stärkt das Selbstvertrauen und wirkt Ängsten entgegen. Zudem kann die Einführung von Lernräumen Belastung reduzieren (siehe Kapitel „Unterschiedliche Startpositionen der Schüler*innen“).

Es sollte klar ein/e Ansprechpartner*in für die Schüler*innen benannt werden, an den/die sie sich mit ihren Sorgen und Ängsten wenden können und es sollten aktiv Gespräche angeboten, aber nicht aufgezwungen werden. Lehrkräfte und Erzieher*innen können hier eine Modellfunktion einnehmen. Zeigen Sie, dass Sie die Ängste ernstnehmen, aber auch, dass Ängste natürlich und normal sind. Je nach Alter können die Schüler*innen sehr gute Ideen zur Angstreduktion formulieren. Mögliche Fragen wären z.B.:

- Hast du eine Idee, was dir helfen kann, mit deiner Angst umzugehen?

- Was hat dir früher / in einer ähnlichen Situation schon einmal geholfen?

Jüngeren Kindern kann z.B. anschaulich erklärt werden, dass Ängste größer und kleiner werden können wie bei einem Luftballon, in den Luft ein- und ausfließt. Ihnen kann u.U. eine Art Talisman oder Glücksbringer helfen, älteren Schüler*innen vielleicht ein selbstformuliertes Mantra.

Achten Sie bei solchen Gesprächen aber bitte auch auf sich und sorgen Sie gut für sich. Wenn Sie selbst große Ängste und Bedenken haben, dann sind Sie vielleicht nicht die geeignete Ansprechperson für dieses eine Thema. Schätzen Sie für sich selbst ein, ob Sie in solch ein Gespräch gehen wollen.

Sie sollen und müssen nicht die Rolle der therapeutischen Fachkräfte übernehmen. Sollten Sie bei einem/r Schüler*in beobachten,

- dass keine Restabilisierung einsetzt
- dass Ängste zu einer starken emotionalen Belastung werden, die Handlungsspielräume einschränkt
- dass starke Verhaltensänderungen anhalten (sozialer Rückzug, zunehmendes Vermeidungsverhalten usw.),

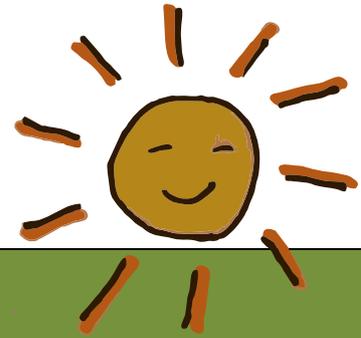
suchen Sie bzw. eine Bezugsperson des/der Schüler*in innerhalb der Schule das Gespräch zum/zur Schüler*in. Nehmen Sie Kontakt zu den Eltern auf und schildern Sie Ihre Beobachtung und Sorgen. Vermitteln Sie ggf. weiter an die Schulpsychologie oder entsprechende Fachkräfte (siehe Kapitel „Zusammenstellung von wichtigen Anlaufstellen“). Auch Sie können sich natürlich bei der Schulpsychologie beraten lassen.

Quellenangabe:

- Caby, F. & Caby, A. (2014). Die kleine Psychotherapeutische Schatzkiste Teil 1. Tipps und Tricks für kleine und große Probleme vom Kindes- bis zum Erwachsenenalter. 3. Auflage. Dortmund: Borgmann Media GmbH & Co.
- Heinrichs, M., Strächele, T. & Domes, G. (2015). Stress und Stressbewältigung. Fortschritte der Psychotherapie Band 58. 1. Auflage. Göttingen: Hogrefe Verlag
- Kuhn, A. (2020, 16. März). Wie spreche ich mit Kindern über ihre Ängste? Das Deutsche Schulportal. <https://deutsches-schulportal.de/schule-im-umfeld/coronavirus-suanne-walitzka-wie-spreche-ich-mit-kindern-ueber-ihre-aengste/> [Abruf 07.04.2020]

Umgang mit Trauma und Belastungsreaktionen

Ob eine Erfahrung oder eine Krise von einem Kind oder einem Jugendlichen als besonders belastend erlebt wird und in welchem Ausmaß es zu Folgesymptomen kommen kann, hängt von vielen Faktoren sowie dem inneren Erleben (Bewertung und Umgang mit dem Ereignis) und weiteren Risiko- und Schutzfaktoren ab:



Risikofaktoren für die Entwicklung einer posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS)	Schutzfaktoren
Alter und Entwicklungsstand	Bewältigungsstrategien wie offene Kommunikation, selbstbewusste und optimistische Haltung
Frühere Traumatisierungen	Intelligenz
Vorherige psychische Erkrankungen	Emotionale und soziale Fähigkeiten
Intensive Symptome (z.B. starke Ängste) nach dem Ereignis	Stabile soziale Bindungen in Familie, Klasse und Schule
Scham- und Schuldgefühle	Freundschaften
Beengte Wohnverhältnisse, etc.	

Quelle: Senf, W. & Broda, M. (2012)

Während kritische Lebensereignisse **relativ häufig sind** (die Wahrscheinlichkeit, im Laufe des Lebens mit mindestens einem traumatischen Ereignis konfrontiert zu werden, liegt bei etwa 75% für Frauen und ca. 80% für Männer), so entwickelt **nur eine Minderheit** von ca. 25% **chronische psychische Probleme**. Die **Corona-Krise** kann in die Gruppe der **Naturkatastrophen** eingeordnet werden. Hier geht man davon aus, dass die Wahrscheinlichkeit eine posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) zu entwickeln, bei lediglich ca. 5% der Betroffenen liegt. Bei den **interpersonellen Traumatisierungen („man-made-Trauma“)**, wie z. B. im Falle sexualisierter Gewalt hingegen, liegt diese hingegen bei ca. 50-80%.

Das Spektrum an Reaktionen von Kindern und Jugendlichen auf belastende Ereignisse ist ähnlich breit wie bei Erwachsenen.

Generell gilt:

In und nach dieser unnormalen Situation sind all diese Reaktionen erst einmal als vollkommen normal anzusehen (Liste unvollständig):

Grundschul Kinder (Flucht und Trauma im Kontext Schule, 2018):

- Erhöhte Wachsamkeit, Schreckhaftigkeit und Unruhe
- Erhöhte körperliche Reizbarkeit, Übererregtheit und aggressives Verhalten
- Konzentrationsprobleme, verminderte Aufmerksamkeit, Merkfähigkeit und Leistungsabfall
- Erhöhter „Konkurrenzkampf“ um die Aufmerksamkeit des Lehrers
- Sich von Gleichaltrigen zurückziehen, Verlust von Interessen, erhöhtes Konfliktpotential im Interaktionsverhalten mit anderen Kindern
- Verlust bereits erworbener Fähigkeiten (z.B. Rückfall in ein kleinkindhaftes Verhalten, Einnässen, Einkoten, Daumenlutschen)
- Psychosomatische Beschwerden (Kopfweh, Bauchweh, Hautausschläge etc.)
- Niedergeschlagenheit (Depressivität, Bedrücktsein, Traurigkeit)
- Traumatische Erlebnisse werden immer wieder nachgespielt und gezeichnet (ggf. sexualisiertes Verhalten)
- Wesensveränderungen

Jugendliche:

- Erhöhte Wachsamkeit, Schreckhaftigkeit und Unruhe
- Erhöhte körperliche Reizbarkeit, Übererregtheit und vermehrt rebellisches Verhalten
- fehlende Hausaufgaben
- Verlust von Interessen, Rückzug vom Freundeskreis
- verminderte Konzentration, Aufmerksamkeit und Ausdauer
- Niedergeschlagenheit, Grübeln, Ängste und Panikattacken oder „in der Unauffälligkeit auffälliges“ Verhalten
- Schulprobleme (Leistungsabfall, Streitereien, auffälliges Verhalten, Schule schwänzen, etc.)
- Psychosomatische Beschwerden (Kopfweh, Bauchweh, Hautausschläge etc.)
- selbstverletzendes Verhalten, Substanzmissbrauch
- mitunter sexualisiertes und promiskuitives Verhalten

Sollten die beobachteten Verhaltensweisen der **akuten Belastungsreaktion** nicht nach einigen Tagen bereits besser werden und selbst in 4–6 Wochen nicht abgeklungen sein, sondern gleich bleiben oder sogar stärker werden, ist eine zeitnahe medizinisch-psychologische Abklärung, z.B. im Rahmen einer telefonischen Sprechstunde, einer Schulhilfekonferenz oder unter Hinzuziehung eines Facharztes zu empfehlen.

Im Umgang mit Jugendlichen ist zu bedenken, dass es ein kleines Kunststück ist – und immer auch ein Risiko – Schüler auf Krisensignale anzusprechen bzw. Hilfe so anzubieten, dass man sich einerseits nicht aufdrängt, andererseits nicht unverbindlich bleibt.

Wichtig bei solchen Angeboten ist, dass die pädagogische Fachkraft sensibel

- die Eigenständigkeit der Jugendlichen in der Krise anerkennt
- vermittelt, worin sie Krisensignale sieht
- die Unabgeschlossenheit des Krisenprozesses aushält
- möglichst wenig Zeitdruck/ Lösungsdruck aufbaut
- das Unterstützungsangebot klar abgrenzt (Gespräch, Vermittlung von Kontakten)
- eigene Wege zur Bearbeitung der Krise ermöglicht
- die Ablehnung oder Zurückweisung des Angebotes akzeptiert und deutlich macht, ob/ wie dieses Angebot bestehen bleibt.

Sollte bei Ihnen dabei „ein komisches Bauchgefühl“ nicht nachlassen, möchte ich Sie auf das Unterkapitel Kinderschutz in diesem Leitfaden verweisen.

Quellenangabe:

UNHCR (2018). Flucht und Trauma im Kontext Schule. 4. aktualisierte Auflage. https://www.unhcr.org/dach/wp-content/uploads/sites/27/2019/01/AT_Traumahandbuch_Auflage4.pdf (Abruf 09.04.2020)

Imm-Bazlem, U. & Schmiege, A.-K. (2017). Begleitung von Flüchtlingen mit traumatischen Erfahrungen. Heidelberg: Springer

Großmann, N., Glatzer, D. (2011). Kriseneinsatz in der Schule. Ein schulpsychologisches Handbuch. Mit Trainermanual für die Fortbildung. 1. Auflage. Stuttgart: Kohlhammer GmbH

Senf, W., Broda, M. (2012) Praxis für Psychotherapie, Ein integratives Lehrbuch, Heidelberg: Springer Verlag

Eikenbusch, G., „Keine Katastrophe – kein notwendiges Übel“

<https://www.beltz.de/fachmedien/paedagogik/zeitschriften/paedagogik/themenschwerpunkte/schuelerkrise.html>, (07.04.2020)

Kinderschutz

Die mit der Corona-Krise einhergehenden Kontakteinschränkungen und Schließungen von Schulen, Jugendfreizeiteinrichtungen, Spielplätzen, Kindertagesstätten, Sportvereinen etc. stellen eine Ausnahmesituation für Berliner Familien dar. Bei einigen Schüler*innen mag die nun viel verbrachte Zeit mit Eltern und Geschwistern als eine positive Erfahrung und Erinnerung wahrgenommen werden, in anderen Haushalten führt das plötzliche und andauernde Mehr des familiären Zusammenseins auf engem Raum häufiger und wiederholt zu Konflikten. In Kombination mit der andauernden Unsicherheit und den Sorgen vor dem, was uns erwartet, bedeutet es eine immense Belastung für Familien und kann zu einer Verschärfung von Krisen führen. Kinder und Jugendliche aus schon vor der Krise bereits belasteten Familiensystemen sind in der sozialen Isolation und durch die Kontaktsperrn mehr noch auf sich selbst gestellt und ungünstigen familiären Konstellationen teils schutzlos ausgeliefert bzw. in hoch belasteten Haushalten gefährdet.

Da Kitas und Schulen häufig als wichtige Kontrollinstanzen in Fällen von Kindeswohlgefährdung dienen, werden insbesondere nach Wiederöffnung und -aufnahme des Regelbetriebs Ihre qualifizierte Einschätzung und Ihr fachliches Gespür wertvoll sein. Mit einer geschärften Wahrnehmung und Sensibilität für die Thematik dürfen und sollen Sie Ihrem gesunden Menschenverstand trauen und einem möglichen diffusen ungutem „Bauchgefühl“ die nötige Beachtung schenken.

Mit großer Wahrscheinlichkeit kommen die meisten Schüler*innen zunächst verändert aus dem Lernen zuhause zurück in den regulären Schulalltag. Das ist nach der einschneidenden letzten Zeit, den damit möglicherweise einhergehenden Ängsten und der sozialen Isolation nicht verwunderlich. Veränderungen im Verhalten der Schüler*innen können normaler Anteil der Verarbeitung dieser Krise sein, und jegliche Reaktionen sind hier denkbar (siehe auch Kapitel „Umgang mit Ängsten“ und „Umgang mit Trauma und Belastungsreaktionen“).

Diese Tatsache mag sich erschwerend auf die schon per se schwierige Einschätzung einer vermuteten Kindeswohlgefährdung legen, sollte Sie aber vielmehr noch darin bestärken, auf Ihr eigenes Gefühl und wichtiges Gespür für Ihre Schüler*innen zu vertrauen. Haben Sie umso mehr einen aufmerksamen Blick für die Kinder und Jugendlichen, die Ihnen schon vor der coronabedingten Auszeit Sorgen bereiteten.



Möglicherweise hilft an dieser Stelle die Definition von Kindeswohlgefährdung als Gedankenstütze:

„Kindeswohlgefährdung liegt nach deutschem Recht vor, wenn das körperliche, geistige und/oder seelische Wohl eines Kindes durch das Tun oder Unterlassen der Eltern oder Dritter gravierende Beeinträchtigungen erleidet, die dauerhafte oder zeitweilige Schädigungen in der Entwicklung des Kindes zur Folge haben bzw. haben können. Kindeswohl bezieht sich auf gegenwärtige, vergangene und auf zukünftige Lebenserfahrung und Lebensgestaltung eines Kindes.“ (Deutsches Jugendinstitut (DJI) - Handbuch, 2004).

Kinderschutz bedeutet demnach, alle Menschen unter 18 Jahren vor einer Gefährdung zu schützen. Zu den Erscheinungsformen von Kindeswohlgefährdung zählen neben Vernachlässigung bzw. Verwahrlosung die physische und/oder psychische Misshandlung sowie Formen sexueller Gewalt. Gewichtige Anhaltspunkte für eine Gefährdung finden Sie u.a. auf dem Meldebogen Kinderschutz in den Notfallplänen, die zu jeder Zeit als ein wertvolles Instrument zur Klärung von aufkommenden Fragen dienen können und auch genutzt werden sollten.

Auch kann es helfen, sich bei Unsicherheiten mit Kollegen*innen zu besprechen, sich auszutauschen und den Raum für Perspektivwechsel zu öffnen. Dokumentieren Sie stets Auffälligkeiten, um sich selbst abzusichern. Suchen Sie das Gespräch mit der Schulleitung, wenn Sie ein ungutes Gefühl nicht loslässt, und legen Sie gemeinsam weitere Schritte des Vorgehens fest. Wohlmöglich gibt es bereits einen schulinternen Verfahrensablauf für Fälle vermuteter Kindeswohlgefährdung.

Bei aufkommenden Sorgen um ein Kind und die Familie haben Sie zudem immer Anspruch auf Beratung durch eine im Kinderschutz erfahrene Fachkraft. Das Kinderschutzzentrum Berlin e.V. wurde von der Senatsverwaltung beauftragt, diesen Beratungsanspruch sicherzustellen. Es bietet neben der Onlineberatung für Kinder und Jugendliche und der Krisenintervention für betroffene Familien daher auch die Fachberatung bei vermuteter Kindeswohlgefährdung für pädagogische Fachkräfte an. Da die Einschätzung häufig komplex sowie emotional belastend ist, kann die professionelle Unterstützung bei der Prozessbegleitung durch die neutrale und wertschätzende Fachkraft mit langjähriger Erfahrung sehr hilfreich und entlastend sein. Die Beratungen sind kostenfrei und werden vertraulich behandelt. Rat, Unterstützung und Terminvereinbarungen sind telefonisch von Montag bis Freitag zwischen 9 – 20 Uhr unter der Telefonnummer 030 – 683 91 10 zu erhalten.

In einer Pressemitteilung vom 03.03.2020 betont die Senatorin für Bildung, Jugend und Familie, Frau Scheeres, dass Kinderschutz auch in Corona-Zeiten das oberste Gebot ist. Angebote der Jugendhilfe und des Kinderschutzes sind trotz der getroffenen Maßnahmen weiterhin erreichbar, und Beratungsstellen der Erziehungs- und Familienberatungsstellen sowie andere Anlaufstellen im Kinderschutz bieten Unterstützung an. Unter Einhaltung bestimmter Vorsichtsmaßnahmen

werden in Kinderschutzfällen weiterhin Hausbesuche und notwendige Therapien durchgeführt, aufgrund der besonderen Situation teilweise in alternativen Beratungs- und Betreuungsformen. Auch die RSD (Regionalen Sozialen Dienste) der Jugendämter sind, wenn auch teils telefonisch oder per Mail, zu erreichen und viele Träger haben zur Gewährleistung des Kinderschutzes trotz der momentanen Herausforderungen flexible und kreative Ideen entwickelt. Kinderschutz hat Priorität – bei einer eingehenden Kinderschutzmeldung wird nach wie vor das berlineinheitliche Kinderschutzverfahren zur Risikoeinschätzung durchgeführt, auch durch Hausbesuche, wenn dies erforderlich ist. Die Krisendienste der bezirklichen Jugendämter sind täglich erreichbar. Der Berliner Notdienst Kinderschutz und auch die Hotline Kinderschutz sind weiterhin 24 Stunden an 7 Tagen in der Woche geschaltet. Eine Beratung bei der Hotline wird mehrsprachig angeboten und kann anonym erfolgen. Die wichtigen Telefonnummern für alle Kinder und Jugendlichen, die Hilfe benötigen, sowie für Erwachsene, die sich Sorgen um ein Kind machen, sind:

Hotline Kinderschutz: Telefon 030 – 61 00 66

Kindernotdienst: Telefon 030 – 61 00 61

Jugendnotdienst: Telefon 030 – 61 00 62

Mädchennotdienst: Telefon 030 – 61 00 63



Wir alle haben einen Schutzauftrag bei Kindeswohlgefährdung (§8a SGB VIII). Trauen Sie sich selbst und Ihrem unguuten Bauchgefühl und gehen Sie diesem nach. Scheuen Sie sich nicht, die Expertise und Unterstützung der insoweit erfahrenen Fachkräfte für Kinderschutz in Anspruch zu nehmen. Stellen Sie für Ihr eigenes Wohlbefinden Fragen bei Unklarheiten – nach §8b SGB VIII haben Sie Anspruch auf diese Rechtsberatung.

Quellenangabe:

Deutsches Jugendinstitut (DJI): Handbuch Kindeswohlgefährdung nach § 1666 BGB und Allgemeiner Sozialer Dienst (ASD). https://db.dji.de/asd/ASD_Handbuch_Gesamt.pdf (Abruf 08.04.2020)

Kinderschutzzentrum Berlin e.V. Hilfen für Kinder, Jugendliche und Eltern. <https://www.kinderschutz-zentrum-berlin.de/> (Abruf 08.04.2020)

Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie. Kinderschutz geht vor – auch in Corona-Zeiten. Pressemitteilung vom 03.04.2020: <https://www.berlin.de/sen/bjf/service/presse/pressearchiv-2020/pressemitteilung.915657.php> (Abruf 08.04.2020)

Sozialgesetzbuch (SGB VIII). Achstes Buch. Kinder- und Jugendhilfe. §8a SGB VIII. Schutzauftrag bei Kindeswohlgefährdung. Zuletzt geändert durch Art. 8 G v. 30.11.2019: <https://www.sozialgesetzbuch-sgb.de/sgbviii/8a.html> (Abruf 08.04.2020)

Sozialgesetzbuch (SGB VIII). Achstes Buch. Kinder- und Jugendhilfe. §8b SGB VIII. Fachliche Beratung und Begleitung zum Schutz von Kindern und Jugendlichen. Zuletzt geändert durch Art. 8 G v. 30.11.2019: <https://www.sozialgesetzbuch-sgb.de/sgbviii/8b.html> (Abruf 08.04.2020)

Zusammenstellung wichtiger Anlaufstellen

Auf der Website der Senatsverwaltung für Bildung Jugend und Familie sind aktuelle Informationen z.B. Antworten zur Schulschließung und zu Anlaufstellen für Familien zu finden:

<https://www.berlin.de/sen/bjf/coronavirus/aktuelles/>

Nachfolgend finden Sie eine Zusammenstellung von wichtigen Anlaufstellen für Schüler*innen und Familien.

Wenn Sie weiteren Beratungsbedarf haben, können Sie sich natürlich wie gewohnt vertrauensvoll an Ihr SIBUZ wenden.

Einrichtung	Erreichbarkeit	Schwerpunkte
Berliner Krisendienst	Persönlich oder telefonisch: wochentags 16:00- 24:00 Uhr Tel: 030 390 63 90 Schloßstr. 128 12163 Berlin	Beratung und Unterstützung in Krisen- und Notsituationen für Betroffene, Angehörige und anderen Beteiligte
Hotline Kinderschutz	Rund um die Uhr erreichbar: Tel: 030 61 00 66	Beratung und Unterstützung rund um das Thema Kinderschutz
Kindernotdienst	Tel: 030 61 00 61	Beratung und Unterstützung für Kinder und Eltern. Inobhutnahme von Kindern bis 14 Jahren außerhalb der Öffnungszeiten des zuständigen Jugendamtes.
Jugendnotdienst	Tel: 030 61 00 62	Beratung und Unterstützung von Jugendlichen ab 14 Jahren. Inobhutnahme von Jugendlichen außerhalb der Öffnungszeiten des zuständigen Jugendamtes.
Mädchennotdienst	Rund um die Uhr erreichbar: Tel: 030 61 00 63	Beratung von Mädchen und jungen Frauen zwischen 12 und 21 Jahren. Notunterbringung möglich.
neuhland	Tel: 030 873 0111 Nikolsburger Platz 6 10717 Berlin	Beratung von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen in psychosozialen Krisen. Unterstützung und Beratung zum Thema Suizid.
U25	https://www.u25-berlin.de/	Online Beratung in Krisen und bei Suizidgedanken für Jugendliche.

Einrichtung	Erreichbarkeit	Schwerpunkte
Telefonseelsorge	Rund um die Uhr erreichbar: Tel: 0800 111 0 111 Tel: 0800 111 0 222 Chat- und Mailberatung: www.telefonseelsorge.de	Beratung in Krisen und bei Suizidalität. Anonym.
Muslimische Telefonseelsorge	Rund um die Uhr erreichbar: Tel: 030 443 509 821	Beratung in Krisensituationen. Anonym.
Russischsprachige Telefonseelsorge Telefon Doweria	Rund um die Uhr erreichbar: Tel: 030 440 308 454	Beratung in Krisensituationen. Anonym.
Elterntelefon	Mo- Fr. 9:00- 11:00 Uhr, Do. 17:00- 19:00 Uhr Tel: 0800 111 0 550	Fragen der Erziehung. Beratung für Eltern.
BIG Hotline	Täglich 9:00- 24:00 Uhr Tel: 030 611 03 00	Beratung und Unterstützung beim Thema häusliche Gewalt für Frauen und ihre Kinder.
LARA	Mo-Fr 9:00- 18:00 Uhr Tel: 030 216 88 88	Beratung und Unterstützung für vergewaltigte und sexuell belästigte Frauen.
Wildwasser MädchenBeratungsstelle	Mo, Di 10:00- 13:00 Uhr Do 13:00- 16:00 Uhr Tel: 030 282 44 27	Mädchen* und junge Frauen* bis 27 Jahre, die sexualisierte Gewalt erleben, erlebt haben oder befürchten.
Berliner Jungs	Mo-Fr 10:00-16:00 Uhr Tel: 030 236 33 983 Mail: info@jungs.berlin	Beratung und Unterstützung von Jungs* die Opfer sexualisierter Gewalt wurden.
Kind im Zentrum	Mo-Fr. 10:00-12:00 Uhr. Rückruf möglich. Tel: 030 282 80 77 Mail: kiz@ejf.de	Beratung zum Thema sexueller Missbrauch.
Weisser Ring	Mo-So 07:00-22:00 Uhr Tel: 116 006 Onlineberatung: www.weisser-ring.de	Beratung und Unterstützung von Menschen, die Opfer von Straftaten geworden sind.
Queer Leben	Tel: 030 23 36 90 70 Mail: Beratung@queer-leben.de	Beratung für inter*, trans* und queer lebende Menschen

Anlage: Einschätzung nach dem Lernen zuhause

Für pädagogische Fachkräfte, die sich einen Überblick über die Startpositionen ihrer Schüler*innen verschaffen wollen.

Schüler*in:

Selbststrukturiertes Lernen war möglich, Computer, eigener Arbeitsplatz u.ä. waren vorhanden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Zum effektiven Lernen fehlten der eigene Computer, der eigene Arbeitsplatz. u.ä..
Gestellte Aufgaben wurden bearbeitet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Gestellte Aufgaben wurden nicht abgegeben.
Ein kommunikativer Austausch mit der Lehrkraft war erfolgt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Hat keinen Kontakt zur Lehrkraft aufgenommen.
Es konnte in einer ruhigen Atmosphäre gearbeitet werden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Beengte Wohnverhältnisse, kleinere Geschwister u.ä. erschwerten das Arbeiten.
Unterstützung durch das Elternhaus war vorhanden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Auf elterliche Unterstützung konnte nicht zurückgegriffen werden.
Die Zeit des Homeschoolings wurde als positive Familienzeit wahrgenommen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Familiäre Belastungen (Existenzängste, Krankheit, Todesfall u.a.) erschwerten den Zugang zum Lernen.
Der Schüler/die Schülerin wirkt gelöst.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Der Schüler/die Schülerin wirkt belastet.

© April 2020, Madeleine Körschner-Purat