**#GEMEINSAMSINDWIRSCHULE**

Vor einem Jahr haben Schulen auf der ganzen Welt über längere Zeiträume ihre Türen geschlossen, um die Verbreitung von Covid 19 einzudämmen. Es folgte ein Balanceakt - zu Hause sein, zum ersten Mal Distance Learning betreiben und versuchen, die Ängste und Emotionen zu bewältigen. Arbeitsplatzverlust, Krankheit, geschlossene Grenzen, Angst und Tod sind Themen, die unser Leben in den letzten Monaten überschattet haben und die sich auf Jugendliche genauso negativ auswirken wie auf Erwachsene.

Wir sollten uns daher gerade jetzt auf wichtige Kompetenzen und Haltungen wie Resilienz, Durchhaltevermögen, eine positive Grundeinstellung und die Fähigkeit, Gefühle auszudrücken, konzentrieren. Gespräche über diese Themen müssen in den Klassenzimmern Platz haben.

Es gab bei fast allen in den letzten Monaten schwierige Erfahrungen und Rückschläge. Ein geliebter Mensch wurde krank, vielleicht hat ein Elternteil seine Arbeit verloren, Geburtstagsfeiern und andere große Ereignisse wurden verpasst, zudem waren Besuche unserer Freunde und Bekannten monatelang nicht möglich. Daher haben wir das Recht traurig, wütend, verängstigt oder frustriert zu sein. Die Fähigkeit, diese Gefühle auszudrücken, wird für die Zukunft sehr wertvoll sein.

**Wenn Sie den Schülern/Schülerinnen beibringen ICH-Botschaften zu verwenden, kann dies zu einem Gespräch darüber führen, wie man Probleme lösen kann.**

*I have been feeling frustrated that I can’t … (go out with my friends)*

*Je me suis sentie frustrée de ne pas pouvoir … (aller en discothèque avec mes amis)*

*Mi sento frustrato perché non posso … (andare in discoteca con i miei amici)*

*Me siento frustrado/a por …. (no poder ir a las discotcxas con mis amgos)*

Я разочарован тем, что не могу.... (пойти куда-нибудь с друзьями)

*Ich habe mich schlecht gefühlt, weil…*

*Ich habe mir vorgenommen, damit…*

*Ich habe mir gewünscht, dass…*

*Ich habe versucht, damit…*

Gespräche mit der Klasse über die Art und Weise wie sie in dieser Situation Durchhaltevermögen gezeigt haben, kann Vorbild für andere sein. Starten Sie eine Diskussion darüber, wie man Resilienz im täglichen Leben zeigt, warum sie wichtig ist und wie man für die Zukunft belastbarer sein kann.

Mitgefühl und Empathie werden hilfreiche Werkzeuge sein, damit sich die Schule wieder sicher anfühlt. Als Schulgemeinschaft müssen wir Fürsorge und Herzlichkeit gegenüber anderen zeigen. Indem wir vermitteln, dass wir füreinander da sind, werden wir stärker. Es kann so einfach sein, wie daran zu denken, einem Freund "Guten Morgen" zu sagen, sich Zeit für ein Gespräch zu nehmen oder einfach ein offenes Ohr zu haben, wenn jemand niedergeschlagen oder aufgebracht ist.

Nach Monaten der Isolation von unseren Klassenkameraden können ein wenig Anteilnahme, Einfühlsamkeit und Freundlichkeit einen entscheidenden Beitrag leisten.

***Sammeln Sie gemeinsam Beispiele für gelebte Empathie im Schulalltag.***



**OPTIMISMUS fördern**

Eine gute Möglichkeit, die Vergangenheit zu bewältigen, ist der Blick nach vorne, und genau das soll Schule vermitteln. Hier einige Ideen.

® Suchen Sie gemeinsam motivierende Zitate in Ihren Unterrichtssprachen und schmücken Sie damit den Klassenraum. Lassen Sie Ihre Schüler/Schülerinnen ein kurzes Statement abgeben, warum sie sich für diesen oder jenen Spruch entschieden haben.



*No matter how long the storm lasts the sun always shines behind the clouds. (*Khalil Gibran)

*Du kannst nicht negativ denken und Positives erwarten. (Unbekannt)*

*Si la vida te da un limón, haz limonada. (Dalie Carnegie)*

*Même la nuit la plus sombre prendra fin et le soleil se lèvera. (Victor Hugo)*

® Denken Sie gemeinsam über das Positive nach, das diese Auszeit mit sich brachte.

*Haben wir nicht alle eine wichtige Lektion gelernt? Wer hat etwas Neues ausprobiert oder beinahe in Vergessenheit Geratenes wiederbelebt? Wer hat mehr Zeit mit der Familie verbracht und erkannt, dass wir nicht ständig auf Trab sein müssen?*



® Ermutigen Sie Ihre Schüler/Schülerinnen, die Dinge mitzuteilen, die sie **in dieser Zeit gelernt**, neu entdeckt etc. haben.

*Was hast du in den letzten Monaten Neues & Gutes an dir entdeckt?*

*Wie hast du dich für den Online-Unterricht motiviert?*

*Hast du neue Rituale entwickelt?*

*Was war trotz allem positiv am Lockdown?*

® Diskutieren Sie über die neuen Gewohnheiten und vor allem, zeigen Sie Ihren eigenen Optimismus für die Zukunft.

*Worauf freust du dich in diesen letzten Schulwochen?*

*Was möchtest du unbedingt noch mit deine Klassenkollegen/Kolleginnen machen?*

*Wie könnt ihr/können wir die gemeinsame Zeit am effektivsten nützen?*

**Ein weiterer Vorschlag:**

Unbedingt sollte in den ersten gemeinsamen Schultagen **ein kleines klassenverbindendes Erlebnis** stattfinden. Wie wäre es mit einer kleinen Wanderung in der näheren Umgebung? Vielleicht macht die gesamte Schule mit? Als kleine Challenge für den Weg: das originellste Klassenfoto, das bei der Wanderung entsteht, wird mit Gutschein prämiert.

Zu beachten: gestaffelter Abmarsch, damit es zu keinen Massenansammlungen kommt.

Alle Bilder aus pixabay