

„Wie werde ich meiner Klasse wieder begegnen?“

Umgang mit den Belastungen der Corona-Krise – Eigene Ressourcen und Ressourcen der Schülerinnen und Schüler entdecken und fördern.

Handreichung für Schulen, Lehrende und Projektpartner

In den folgenden Ausführungen orientieren wir uns an unserer Arbeitsstruktur, die wir seit über zwanzig Jahren mit der Methode Forumtheater entwickelt haben und bei Projekttagen anwenden. Oberstes Ziel ist dabei, Vertrauen und Sicherheit zwischen den Schülerinnen und Schülern (SuS) und den Durchführenden aufzubauen und die SuS dazu zu motivieren, sich zu öffnen und von den für sie relevanten Themen zu erzählen. In unserer Arbeit werden dann aus dem Erzählten Spielszenen in kleinen Gruppen zu je fünf SuS entwickelt. Diese Szenen werden vor den Mitschülern präsentiert und für die darin enthaltenen Probleme und Konflikte gemeinsam Lösungen gesucht. Auf Wertungen wird möglichst in allen Bereichen verzichtet.

Wir möchten Sie ermutigen, dass Sie zumindest für eine Gesprächsrunde unsere Ausführungen nutzen und anwenden. Ermutigen möchten wir Sie auch dazu, mit den SuS Spielszenen aus dem Erzählten zu entwickeln. Protagonist ist dabei die- oder derjenige, der/die das Erlebnis bzw. die Geschichte erzählt hat. Diese Person sollte die Regie haben. Grundregel ist immer, dass auf keinen Fall jemand sich selbst spielt und die Szenen konkret sind – also nur tatsächliche Erlebnisse umgesetzt werden. Bitte setzen Sie das Spielerische aber nur dann um, wenn Sie Lust und Freude daran haben, Ihre Erwartungen sollten nicht zu hoch sein. Auftretende Unsicherheiten können Sie ruhig mit den SuS teilen.

Uns ist vor allem wichtig, dass Sie Rüstzeug für die offene Gesprächsrunde erhalten und somit gut gestärkt diese angehen können.

Das Ankommen

Sie treffen wieder auf Ihre Klasse bzw. SuS Ihrer Schule. Um mit den SuS ins Gespräch zu kommen, eignet sich am besten ein offener Sitzkreis. Begrüßen Sie die Schüler und lassen von Ihnen die Tische an den Rand bzw. auf den Flur stellen. (Hier muss sich die Umsetzung nach dem für Ihre Schule geltenden Hygienekonzept richten – ein Sitzkreis ist aber die optimal für den Einstieg, versuchen Sie, dies möglich zu machen.)

1. Zeitstruktur festlegen – das gibt Sicherheit

Zu Beginn des Treffens sollten Sie die SuS darüber informieren, wie Sie die Zeitstruktur geplant haben, die jetzt für ein offenes Gespräch zur Verfügung steht. Hier wäre auch Raum für weitere organisatorische Belange, wie Informationen zu hygienischen Vorgaben und schulische Planungen. Insofern umsetzbar, können Sie auch vorschlagen, solch eine offene Gesprächsform in den ersten Wochen regelmäßiger durchzuführen, so die SuS das wünschen – und dass Sie das am Ende der Stunde gemeinsam besprechen wollen (Feedback-Runde: Wie war es? Was war wichtig? Was habe ich Neues über Mitschüler erfahren?).

2. Rollenwechsel artikulieren

Nun werden sie vor allem als Gesprächspartner/in gefordert sein, d.h. es ist sinnvoll, dass Sie dies auch kommunizieren und den Rollenwechsel jeweils artikulieren, z. B.:

„Das war für uns alle jetzt eine so neue und ungewöhnliche Zeit, dass ich denke, wir sollten erst einmal miteinander sprechen. Ich bin jetzt also mehr ein Gesprächspartner oder Gesprächsleiter und nicht Frau L., die Mathelehrerin. Wenn es dann um den Unterricht geht, bin ich wieder Frau L., die Mathelehrerin.“

Ein solch angekündigter Rollenwechsel gibt den SuS und auch Ihnen Sicherheit, dass Sie und die SuS jeweils wissen, worum es jetzt geht und welche Aufgabe jetzt jeder hat.

3. Offenes Gespräch – ermöglicht Wertschätzung, Problemennennung, Entlastung

Bemühen Sie sich im Gespräch darum, dass dies ein offenes bleibt, im Zentrum

stehen die SuS und ihre Erlebnisse. Es wäre also nicht sinnvoll, wenn Sie das Gespräch zu sehr durch Fragen, Gesprächsführung und Redeanteil dominieren würden. Bemühen Sie sich mehr um eine nüchterne, verständnisvolle und zuhörende Haltung, diese hält das Gespräch am besten am Laufen. Für die anzustrebende Gesprächsführung gibt es in der Psychologie zwei interessante und auch schöne Begriffe: *der facilitative Gesprächsmodus und der interaktionelle Gesprächsmodus*. Der Psychologe Michael Behr schreibt:

„Wenn wir Ausführungen mit empathischen Reflexionen begleiten, arbeiten wir im facilitativen Modus: Wir fördern Selbstklärung und Selbsterfahrung. Wenn wir uns als Person mit unserem Erleben einbringen und die Beziehung anfragen, arbeiten wir im interaktionellen Modus.“

Mit dem *facilitativen Gesprächsmodus* nehmen Sie sich ganz zurück. Sie haben zuhörend und „verstehend“ eine mehr dienende Haltung und öffnen den Gesprächs- und Erlebnisraum für Ihre Klasse bzw. die jeweils Sprechenden. Eine gute Haltung dabei ist: Sie verstehen das Erzählte nicht wirklich, daher müssen Sie nachfragen.

Stellen Sie sich z. B. vor:

Sie kommen vom Mond – kennen diese Menschenwesen nicht und wollen jetzt wissen, was die so während der Coronakrise gemacht haben. Wie die den Tag verbringen, was sie gerne und nicht so gerne machen? Was und wie diese Menschenwesen denken?

Eine solche Herangehensweise macht uns frei von unserem üblichen – oft auch notwendigen – Bewertungssystem, das wir normalerweise erlernt haben und anwenden. Wir werden so neugierig und offen, müssen uns aber in der Neugierde zügeln, so dass wir die SuS nicht ausfragen. Dabei ist es außerordentlich wichtig, immer wertschätzend und authentisch mit dem betreffenden Schüler/der betreffenden Schülerin umzugehen. Ein solche Gesprächshaltung gibt die Möglichkeit, dass die Person das, was sie sagen will, im Sprechen klärt (Selbstklärung) und dass sie sich selbst erfährt: Das heißt, dass sie spürt, dass das, was sie sagt, eine Bedeutung hat (Selbstwirksamkeit)². Sie sollten solche Selbstäußerungen nicht abwehren.

¹ Michael Behr, Interaktionelle Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen, S. 192.

² Unter Selbstwirksamkeit (*self-efficacy beliefs*) versteht die kognitive Psychologie die Überzeugung einer Person, auch schwierige Situationen und Herausforderungen aus eigener Kraft erfolgreich bewältigen zu können. Geprägt wurde der Begriff von dem amerikanischen Psychologen Albert Bandura. (Dorsch, Lexikon der Psychologie)

Beispiel:

Der 13-jährige Max erzählt, dass er jeden Tag vier Stunden an der Konsole gespielt und mehrmals den Lernstoff vergessen hat.

Sie sollten das jetzt keinesfalls bewerten. Sondern versuchen, mit dem Erzählten kreativ umzugehen, so dass der Schüler weiter erzählt bzw. andere Schüler angeregt werden, von ihren Spielerfahrungen an der Konsole zu berichten. Sie könnten Fragen stellen³:

- „Wie ging es dir da?“
- „Bist Du nicht von Geschwistern gestört worden?“
- „Waren deine Eltern nicht Zuhause?“
- „Was haben die gesagt?“
- „Hast Du dich auch mal mit einem Freund getroffen?“
- „Ist dir auch mal langweilig geworden?“
- usw.

Mit solchen Fragen ermöglichen Sie es dem Schüler, tiefer in seine Handlungen und Erfahrungen einzudringen. So können sie auch feststellen, ob in und hinter dem Verhalten des Schülers etwas Verfestigtes liegt (Dauerspieler > Gefahr des Suchtverhaltens) oder ob er es kreativ und schöpferisch einsetzt (Gibt es neben dem Spiel eine Tagesstruktur, Begegnungen mit Freunden, ein Familienleben, z.B. mit gemeinsamen Mahlzeiten, Hobbys?).

Im weiteren Gespräch können und sollten Sie auf das Thema des „vergessenen Lernstoffs“ eingehen. Aber lassen Sie Max vorher Zeit, über das Spielen an der Konsole zu reden – es ist in seinem gegenwärtigen Lebenskontext das für ihn wichtigere und bedeutendere Thema. Wenn Sie gleich sein Versäumnis thematisieren, bauen Sie bei Max Widerstand auf und er hat keine Lust mehr, etwas zu erzählen.

Es ist wichtig und notwendig, dass Sie das Thema des „vergessenen Lernstoffs“ ansprechen. Zum einen hat es Max ja selbst erzählt, d. h. er hat auch das Bedürfnis über diese Seite zu sprechen, zum anderen kriegen SuS es genau mit, wenn Sie bestimmte Themen „übergehen“. Sie verlieren damit an Respekt und die SuS lernen, dass man Sie „austricksen“ kann. Sie könnten, nachdem die Geschichte mit dem „Zocken“ anschaulich geworden ist und auch andere SuS von ihren Erfahrungen mit dem Spielen berichtet haben, fragen:

³ Empfehlenswert sind offene Fragen – also Was, Wie, Wer, Wo, Wann, Wozu – hier muss die Person erzählen. Bei geschlossenen Fragen (wie: Hat dir das gefallen? Warst Du ärgerlich? etc.) muss sie nur „ja“ oder „nein“ sagen.

„Max, du hast erzählt, dass du mehrmals vergessen hast, den Lernstoff zu üben. Wie konnte das denn passieren?“

Anschließend können Sie wieder das Thema umkreisen:

*„Was haben denn deine Eltern dazu gesagt?“
„Wie haben deine Geschwister das gemacht?“
„Hast du ein schlechtes Gewissen gehabt?“
„Oder war es dir egal?“
„Wann hat es denn gut geklappt.“*

Sie merken, bei dieser offenen Gesprächsform versuchen wir, möglichst nicht zu moralisieren und zu bewerten, sondern es geht darum, einen Gesprächsraum, eine Gesprächszeit, eine Gesprächskultur zu ermöglichen, die wesentlich von den SuS selbst bestimmt wird.

Dieses Ansprechen des „vergessenen Lernstoffs“ fällt unter die zweite Kommunikationsform, die in der Psychologie als *interaktioneller Gesprächsmodus* beschrieben wird. Hier greifen Sie wieder gestaltend, als Person, ein und erzählen z. B. von Ihrer Erfahrung, wie Sie während der Schulschließung mit Ihren Aufgaben umgegangen sind oder wie Sie früher, als Sie selbst noch gelernt haben, den Schulstoff bewältigt haben. Damit führen Sie ein Gespräch auf „gleicher Augenhöhe“. Hier können Sie auch sehen, wie wichtig tatsächlich der Rollenwechsel ist, denn als z. B. Mathelehrerin haben Sie eine andere Aufgabe als jetzt in dieser Gesprächsrunde.

Diese zwei Grundhaltungen des *facilitativen und interaktionellen Modus* sollten im vertrauensbildenden Gespräch mit den SuS ständig wechseln. Die SuS wollen sich äußern, insbesondere auch in ihrer *Peergroup*. In der Regel erst, wenn die SuS wirklich nicht mehr weiter wissen (müde sind, sich im Themenschubel verlaufen haben, zu wenig zu Wort gekommen sind etc.), wünschen sie ein Eingreifen und eine Steuerung des Gesprächsleiters/der Gesprächsleiterin. Tatsächlich ist dies dann ein wichtiger Moment in der Arbeit, der Lehrer/die Lehrerin sollte nun die Führung übernehmen und ein neues Thema anregen oder einen Methodenwechsel vornehmen.

*„Für Jugendliche ist der Verlust der Peergroup, ihrer Freundinnen und Freunde besonders belastend.“
Stefan Hopmann, österr Bildungswissenschaftler*

Es kann natürlich auch sein, dass ein Schüler oder eine Schülerin versucht, das Gespräch zu boykottieren bzw. „kaputt zu machen“. Er/Sie könnte z. B. sagen:

„Mir ist langweilig. Was soll das Gequatsche? Können wir nicht das Thema wechseln! Ich kann nicht mehr sitzen.“

Dann ist es wichtig, darauf einzugehen, da die Möglichkeit besteht, dass sich die Klasse oder einzelne Schüler aufgrund der entstehenden Gruppendynamik diesem Schüler oder dieser Schülerin anschließen.

Auch hier sollten Sie versuchen, ganz offen zu reagieren und sich nicht provozieren zu lassen, sich nicht zu ärgern, gekränkt zu reagieren oder zu blockieren. Sie könnten sagen:

„Doreen, das finde ich gut, dass du das sagst, offensichtlich ist es Dir zu viel: Was würdest du gerne machen?“

Sie könnten die Intervention von Doreen an die Klasse weitergeben und fragen:

„Was denkt ihr? Wie findet ihr unser Gespräch? Welche Themen waren spannend, welche nicht so? Wollen wir erst einmal eine Pause machen?“

Im Anschluss – wenn sich die Spannung gelegt hat - könnten Sie das von Doreen eingebrachte Thema „Mir ist das zu viel! Ich habe keine Lust mehr!“ zum Thema machen.

„Doreen hat das Thema Unlust eingebracht. „Mir ist das zuviel! Null-Bock. Langeweile! Wo kennt ihr das? Ist das in der Corona-Krise öfter so gewesen? Was habt ihr gemacht? Gab es Lösungen?“

In dem Sie die Themen der SuS ernst und wichtig nehmen – und nicht bewerten - entstehen neue Themen. Doreen hat das Thema des Umgangs mit Frustrationen eingebracht. Nun kann als Lerninhalt „Frustrationstoleranz“⁴ bearbeitet werden.

⁴ Frustrationstoleranz ist eine Persönlichkeitseigenschaft, die die individuelle Fähigkeit beschreibt, eine frustrierende Situation beim Erreichen eines angestrebten Ziels und die daraus resultierenden psychischen Spannungen, die aus äußeren Rückschlägen, Benachteiligungen oder enttäuschten Erwartungen (*äußere Frustrationen*), sowie der Nichtbefriedigung von Triebwünschen (*innere Frustrationen*) herrühren, zu ertragen und über längere Zeit konstruktiv damit umzugehen, ohne die objektiven Faktoren der Situation zu verzerren. Der Begriff wurde 1938 von Saul Rosenzweig geprägt. Menschen mit geringer Frustrationstoleranz neigen dazu, Aufgaben rasch abzubrechen, wenn sich unerwartete Widerstände in den Weg stellen oder wenn nicht der erwünschte Erfolg eintritt. Eine geringe Frustrationstoleranz weist auf eine *Ich-Schwäche* hin. Individuen mit niedriger Frustrationstoleranz neigen zu erhöhtem Anstrengungs- oder Vermeidungsverhalten, sowie vermehrt zu aggressiven Verhaltensformen. Je stärker die Frustrationstoleranz hingegen ausgeprägt ist, umso weniger sind aggressive Verhaltensformen zu finden. (<https://de.wikipedia.org/wiki/Frustrationstoleranz>, 05.05.2020)

Diese Flexibilität der das Gespräch leitenden Person, dieses Spiel mit den Möglichkeiten in der Gestaltung des Ablaufs, ist beispielsweise in der Kinder-Jugendarbeit wichtig. Ihre jetzige Aufgabe zu Beginn der Rückkehr in den Schulalltag ist damit in einer bestimmten Weise zu vergleichen.

In der offenen Kinder- Jugendarbeit kommen die Kinder und Jugendlichen freiwillig und in ihrer Freizeit. Wenn Sie dort ein Angebot machen, stellt sich für Sie die Aufgabe, wie Sie das Kind, die Jugendlichen positiv erreichen können, wie Sie den Menschen binden, so dass er gern kommt und für sein Leben von dieser Arbeit profitiert.

Dabei geht es nicht darum, einen „Kuschelkurs“ zu fahren oder das Kind und den Jugendlichen in allem zu bestätigen, sondern es geht um Respekt und aufrichtige Wertschätzung für jeden einzelnen Menschen, der kommt. Wir wissen ja nicht, was er/sie mitbringt, welches „Lebens-Päckchen bzw. Paket“ er/sie zu tragen hat. Das heißt, Ihre Arbeit in der offenen Gesprächsrunde besteht aus einem ständigen Pendeln zwischen dem authentischen Sich-selbst-Einbringen und Ihrer Zurücknahme eines auf die SuS gerichteten empathischen Verhaltens. Die SuS brauchen die Zeit der Entlastung, des tiefen Verständnisses und der Wertschätzung durch die Lehrenden.

„Es muss zunächst eine facilitative Beziehung hergestellt werden – und es muss immer möglich sein, dahin zurückzugehen. Dies ist die Voraussetzung für interaktionelle Interventionen.“⁵

„Facilitativer Modus“ kann auch heißen, dass einmal zwei Minuten nichts gesagt wird oder dass Sie sagen: „Ich weiß jetzt auch nicht weiter, welches Thema ist denn noch wichtig?“ Sie sollten sich hier nicht unter einen Leistungsdruck stellen. An dieser Stelle ist es vielleicht hilfreich, noch einmal die Ziele und auch die Notwendigkeit zu beschreiben.

1. Es geht um *das Wohlbefinden* des einzelnen Schülers und der einzelnen Schülerin, seine und ihre Ressourcen und Entwicklungspotentiale.
2. Im Vordergrund stehen dabei die *THEMEN* und *ALLTAGSPROBLEME*, die sich den SuS in dieser Lebensphase ergeben haben.
3. SuS fällt es schwer, sich darüber im Klassenverband auszutauschen, da sie es nicht gewohnt sind und die Schule in der Regel vor allem Leistungsanforderungen stellt.

⁵ Jürg Lichti, „Dann komm ich halt, sag aber nichts – Motivierung Jugendlicher in Therapie und Beratung“, Carl Auer Verlag, S. 193.

4. Das offene Gespräch bietet einen Rahmen, in dem das Miteinander der Klasse auf eine kommunikative und wertschätzende Weise möglich ist. Sie schaffen damit „emanzipierende Rahmenbedingungen für die Selbstorganisation der Menschen“.⁶
5. SuS werden erfahren, dass es möglich ist, sich über eigene Themen und gemachte Erfahrungen positiv auszutauschen. Es ist für sie eine neue Erfahrung, den Umgang mit der Corona-Krise auf diese Weise erlebbar zu machen und zu reflektieren.
6. SuS entdecken dadurch auch ihre Stärken und Schwächen während dieser besonderen Situation, d. h. sie erfahren etwas über Vulnerabilität und Resilienz.

„Die meisten Kinder und Jugendlichen haben ein großes Bedürfnis, über das Ereignis zu reden; sie stellen viele Fragen und möchten wissen, wie es in Zukunft weiter gehen wird. Einige ziehen sich eher zurück und vermeiden es, über das Ereignis und ihre Gefühle zu sprechen. Manche sind reizbar, übererregt oder sie sind übermäßig anhänglich und trennen sich nur ungern von ihren Bezugspersonen. Häufige Symptome sind auch Konzentrationschwächen, Schlafprobleme und schlechte Träume oder – vor allem bei den jüngeren – physische Probleme wie Bauchweh und Kopfschmerzen.“

*Stefan Hopmann, Bildungswissenschaftler, Radiointerview Ö1
Morgenjournal vom 01.04.2020.*

4. Umgang mit vulnerablen SuS bzw. Gruppen

Besonders achtsam sollten Sie sein, wenn Sie eine schwierige Klasse betreuen bzw. auf SuS treffen, die aus sogenannten „schwierigen“ Verhältnissen kommen. Diese kommen häufig aus:

- Familien mit sozialen und finanziellen Herausforderungen
- Familien mit niedrigem Bildungsniveaus
- Haushalten mit alleinerziehenden Elternteilen
- Familien mit engem Wohnraum
- kinderreichen Familien

⁶ Ebd., S.19.

- migrantischen Familien ohne ausreichende deutsche Sprachkenntnisse und/oder sind
- Kinder/Jugendliche mit einer Behinderung
- Kinder/Jugendlichen in betreuten Wohneinrichtungen oder Heimen
- Kinder und Jugendliche in Geflüchteten-Sammelunterkünften⁷

Bedenken Sie bitte auch, dass sich in der Zeit der Kontaktbeschränkungen an den Lebensverhältnissen der SuS und ihrer sozialen Situation etwas verändert haben kann, hier spielen z.B. Arbeitslosigkeit, Existenzängste, Familienprobleme, Krankheit, finanzielle Probleme usw. eine Rolle. Das offene Gespräch dient auch dazu, dass die SuS davon erzählen und die Mitschüler Anteil nehmen können und Empathie zeigen. Hier ist das Thema „Umgang mit dem Anderen“ das zentrale. Das ist ein Thema, das in unserer Arbeit mit sächsischen Schulklassen nahezu an jedem Projekttag auftritt. Auch hier bedarf es großer Sensibilität und Achtsamkeit – voreiliges Moralisieren oder Zurechtweisen des oder der Übeltäter/in nützt in unseren Augen nichts. Das können Sie später immer noch machen – müssen Sie eventuell sogar, wenn Sie sich ein klares Bild von dem Konflikt gemacht haben. Jetzt – in dem Moment, wo das Problem aufgetaucht ist – würde ein allzu schnelles Bewerten die Haltungen auf beiden Seiten nur verfestigen. Nennen wir sie ruhig die Täter- und Opferseite. Setzen Sie Grenzen. Geben Sie jedoch jeder Seite Raum, sich zu artikulieren und nehmen Sie nicht zu schnell Partei. Moderieren Sie den Prozess und seien Sie froh, dass er sich in dieser Offenheit zeigt. Normalerweise läuft er hinter dem Rücken ab und viele Lehrende erfahren nicht, welche Spannungen, Ablehnungen und Emotionen im Spiel sind.

4.1 Umgang mit *dem Anderen*

Oberstes Ziel sollte hier sein, dass sich der/die Betreffende ernst genommen fühlt und einen Schutz durch Ihre Person erfährt. Es ist daher wichtig, dass Ihr Fokus auf der Opferseite liegt, d. h. bei der Person, die die Außenseiter-Rolle hat, die gemobbt und beleidigt wird, der- bzw. demjenigen, die bzw. der das Problem hat.

Für das Folgende ist wesentlich, dass Sie herausfinden, wie stabil die betroffene Person in der aktuellen Situation ist. Hilfreich ist, dabei zu wissen, ob sich die Schülerin oder der Schüler in der Regel sehr häufig in dieser Situation befindet oder ob diese durch die Ereignisse der letzten acht Wochen ausgelöst wurde. Zum einen kennen Sie den Schüler oder die Schülerin, von daher können Sie eine Veränderung einordnen, bzw. fragen, ob diese direkt mit den Ereignissen und eventuellen Veränderungen in der Zeit der Corona-Krise zu tun hat.

⁷ Siehe ADAS Berlin unter www.adas-berlin.de

4.2 Die schweren Fälle, z. B. Mobbing

Wenn Sie den Eindruck gewonnen haben, dass es ein schwerer und möglicherweise länger andauernder Fall ist, dann ist sehr wahrscheinlich, dass das Problem auch schon früher zu verorten ist als in der Zeit der Schulschließung. Diese stellt dann nur die auslösenden Situation dar. Ist es ein Schüler oder eine Schülerin, der oder die schon vorher ausgegrenzt wurde, dann kennt er/sie die negativen Erfahrungen in der Klasse genau. Nun tauchen sie aber in Gegenwart eines Erwachsenen, der in die schulische Struktur integriert ist, auf. Das ist erst einmal für alle Beteiligten gut, denn hier ist Unterstützung und Hilfe in Sicht. Was sollten Sie ergründen? Wie belastbar ist die betroffene Person? Was kann diese aushalten? Um dies zu ergründen, helfen Ihnen verschiedene Beobachtungen, wenn Sie unsicher sind, können Sie auch freundlich bei der betroffenen Person nachfragen:

- empfindet sie Scham
- weicht sie aus
- ist sie sehr unsicher
- kann sie sich artikulieren
- wehrt sie sich
- wird sie von Mitlernenden unterstützt oder gibt es plötzlich viele Stimmen, die auf sie einstürmen (Stichwort: Klassendynamik)
- zittert sie, atmet sie hastig, wird sie blass, fällt der Körper eher in sich zusammen

Aus unserer Erfahrung heraus ist es nahezu immer wichtig, die Situation anzusprechen, denn sie taucht nun aus der Anonymität, aus dem „Geheimnis-umwobenen“ auf. Die betroffene Person kann sich entlasten und das Thema wird sichtbar, offen in dem Rahmen besprochen, in dem es auch auftritt. Wenn die betroffene Person sich sehr schämt, ist das problematisch. Beim Thema Scham geht es immer um ein Verbergen, Verstecken, und das Problem liegt tiefer. Das heißt, die betroffene Person ist nicht wirklich für das Thema geöffnet und gesprächsbereit. Viel lieber will sie die für sie peinliche und unangenehme Situation möglichst schnell hinter sich bringen.

In diesem Fall sollten Sie das nur noch kurz ansprechen, die Klasse fragen, wer unterstützen kann, wer einen guten Draht zur Mitschülerin oder dem Mitschüler hat. Den sich meldenden SuS sollten Sie Mut zusprechen, darauf hinweisen, wie wichtig das gute soziale Miteinander in der Klasse ist und die unterstützenden SuS an ihre Verantwortung für die Klasse erinnern. Gut wäre, wenn Sie der Schülerin oder dem Schüler noch sagen, dass Sie auch unter vier Augen miteinander sprechen können und außerdem auf die Unterstützungsmöglichkeiten durch den/

die Beratungslehrer/in verweisen. Um dann das Thema zu beenden.

Gehen Sie bei nächster Gelegenheit aber auf die Schülerin/den Schüler zu und sprechen Sie sie/ihn an. Wichtig ist, in diesem Fall unter vier Augen, oder die betroffene Person wählt selbst einen Mitschüler oder eine Mitschülerin ihres Vertrauens, die bei diesem Gespräch dabei sein kann. Dazu müssen aber alle Beteiligten unbedingt zustimmen. Das zuletzt Beschriebene ist sicherlich eine Extremform, aber bedenken Sie bitte, dass Mobbing, Ausgrenzung und massive Ablehnung regelmäßig an Schulen auftritt.

„Mobbing“ an Schulen ist in der realen sowie digitalen Welt nicht mehr nur ein Randphänomen, sondern ein ernstzunehmendes Thema. So ist nach den Ergebnissen der im vergangenen Jahr veröffentlichten PISA-Studie (Programme for international student assessment) fast jeder sechste 15-Jährige regelmäßig von „Mobbing“ in der Schule betroffen. Im Schnitt aller Teilnehmerländer der Organisation für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (OECD) ist sogar fast jeder Fünfte mehrmals im Monat von „Mobbing“ betroffen. Etwa zwei Prozent der 15-jährigen Schülerinnen und Schüler in Deutschland seien laut der Pisa-Studie auch physisch schikaniert worden.

*Deutscher Bundestag, Mobbing an Schulen,
Aktenzeichen: WD 9-3000 -056/18, 02.10.2018*

Sollten Sie den Eindruck gewonnen haben, dass die betroffene Person stabil genug ist, dann geben Sie jeder Seite genügend Redezeit. Sie sollten dabei die Ressourcen aller SuS im Blick haben:

- Was kann die betroffene Person leisten? Kann sie sich wehren? Kann sie das Sich-behaupten lernen? Kann sie um Hilfe bitten, andere beteiligen, z.B. Familienangehörige, Lehrende, den Freundeskreis? Das ist das Wichtigste – heraus zu treten aus der Isolation und dem Rückzug.
- Wer aus der Klasse ist bereit, zu helfen. Wer ist unsicher?
- Wie stark sind die „Täter“ und „Täterinnen“? Sind sie sich wirklich einig? Was verbergen sie? Was ist ihre Motivation? Oft sind viele dabei, die früher selbst gemobbt wurden.

4.3. Fälle, die jetzt durch die Corona-Krise entstanden sind - eine Verhaltens- bzw. Persönlichkeitsveränderung des Schülers oder der Schülerin ist sichtbar

Verlassen wir dieses extreme Thema.⁸ Es ist aber insofern von Bedeutung, da auch bei kleineren Verletzungen, Kränkungen, Rückzügen, Traurigkeiten und Aggressionen eine ähnliche Grundstruktur vorliegt. Auch bei diesen abgeschwächten Fällen sollten Sie ähnlich vorgehen.

- Schutz des Opfers
- Umkreisen des Themas, indem alle Seiten ausreichend Raum bekommen
- Ressourcen entdecken

Welche Probleme können die SuS nach der Zeit der Schulschließungen mitbringen?:

- Familienprobleme
- Probleme mit Geschwistern
- Einsamkeitsgefühle
- Selbstzweifel
- Langeweile
- Cyberstress
- Probleme, die in der Kommunikation in den sozialen Netzwerken aufgetreten sind
- Ängste
- Unsicherheit, ob man noch von den anderen SuS gemocht wird usw.

Sie sehen, da kommt ganz schön etwas zusammen, das einen geregelten Unterricht erst einmal erschweren kann, da die SuS gar nicht „arbeits- und aufnahmefähig“ sind. Manchmal ist es daher gut, wenn man einfach ein paar spielerische Übungen macht. Diese können Sie zwischendurch bei Ermüdung der SuS einsetzen oder auch gleich am Anfang.

Bei Bedarf können Sie sich Hilfe holen. Sprechen Sie mit Ihrer Beratungslehrerin/Ihrem Beratungslehrer, konsultieren Sie die Schulpsychologen. Sie können natürlich gern auch uns anrufen oder uns eine E-Mail senden. Wir werden Sie, soweit wir das können, unterstützen.

⁸ Zum Thema Mobbing gibt es eine umfangreiche Literatur. Ebenso gibt es Verhaltenshinweise für Umgang mit diesem Thema durch die Schulträger. Hier ist es wichtig, dass die Schule ein einheitliches Vorgehen und eine klare Struktur hat.

5. Spielerische Übungen zur Lockerung

Es ist nicht einfach, spielerische Übungen umzusetzen, die man selbst praktisch noch nie erprobt hat und die Sie sich jetzt ausschließlich durch das Lesen erschließen können. Aber wir befinden uns momentan ja auch in einer besonderen sozialen Situation. Gleichzeitig haben wir versucht, einfache Übungen zu beschreiben. Letztlich ist auch die Methode „Versuch und Irrtum“ ein wichtiger und guter Begleiter. Alle Übungen sind im Rahmen der Hygieneverordnungen durchführbar.

Übungen zum Bewegen/locker werden/zur Konzentration

1. Namen schreiben

Alle SuS stehen im Kreis. Nun wird der eigene Vorname mit verschiedenen Körperteilen geschrieben: rechter Zeigefinger, linker Zeigerfinger, mit dem rechten Zeigefinger mit dem letzten Buchstaben beginnen und sich nach vorne durcharbeiten, Stirn, linke Schulter, rechte Schulter, linker Ellenbogen, rechter Ellenbogen, linke Hüfte, rechte Hüfte, linkes Knie, rechtes Knie, linke Fußspitze, rechte Fußspitze – danach alle Körperteile kurz ausschütteln.

2. Kreis und Rechteck

Die SuS sollen mit der rechten Hand einen Kreis in der Luft zeichnen. Hand ausschütteln. Jetzt zeichnen sie mit der linken Hand ein Rechteck in die Luft. Hand ausschütteln. Nun beides zusammen versuchen. Es ist nicht wichtig, ob es klappt, es geht um das Versuchen. Danach mit der rechten Hand das Rechteck und mit der linken den Kreis beschreiben.

3. ... bis 8 zählen

Alle SuS gehen durch den Raum. Wichtig: niemand darf miteinander reden, keine Kreise laufen, jeder geht für sich und alle versuchen, in einer ungeordneten Bewegung eine gleichmäßige Verteilung im Raum zu erreichen. Alle achten aufeinander. Nun darf – ohne Absprache, Ansage oder Signal - eine unbestimmte Person stehen bleiben. Wenn sie steht, müssen alle stehen bleiben. Jetzt darf sich keiner mehr vom Platz weg bewegen, bis die Klasse gemeinsam folgende Aufgabe gelöst hat: Gemeinsam bis 8 zu zählen. Das heißt, die Person, die stehen geblieben ist, sagt „Eins“. Eine weitere „Zwei“. Und so weiter, jede/r darf nur einmal eine Zahl sagen, es darf keine Absprachen oder Hinweise geben. Wenn aber mehrere Personen zur gleichen Zeit eine Zahl sagen, springt die Zählung wieder auf „Eins“. Erst wenn die „Acht“ erreicht wurde, dürfen alle weitergehen. Bei dieser Aufgabe müssen alle aufeinander achten, warten, ein Gefühl füreinander entwickeln. Die Klasse muss das gemeinsam in Teamarbeit bewältigen. Wahrscheinlich ist, dass die extravertierten Schüler und die „Alphatiere“ immer ganz schnell sind und es so nicht gelingt. Warten können, den

Anderen vorlassen, Geduld haben, das sind die Eigenschaften, die gefragt sind. Ermutigen Sie die SuS. Sie haben die Aufgabe eines Schiedsrichters.

Varianten:

- A) alle schließen die Augen
- B) nur die Mädchen zählen (mit geschlossenen Augen, es gibt zehn Versuche)
- C) nur die Jungen zählen (mit geschlossenen Augen, es gibt ebenfalls zehn Versuche)

5. Mein Platz (auch im Freien möglich)

Dies ist eine spielerische Übung, in der verschiedene emotionale Haltungen ausprobiert werden und die in der Regel den SuS viel Spaß macht.

Die SuS stehen im Kreis. Eine Person beginnt und geht zu einer beliebigen anderen Person, stellt sich vor diese und sagt: „Mein Platz!“. Die angesprochene Person räumt ihren Platz für, die beginnende Person nimmt diesen ein. Die Person, die den Platz geräumt hat, geht wiederum zu einer anderen Person und sagt zu dieser: „Mein Platz!\", wieder wird der Platz gewechselt und so geht es weiter, bis alle einmal dran waren. Nun werden verschiedene Spielhaltungen hinein gegeben, z. B. „ärgerlich“. Die nächste Person muss nun ärgerlich auf die andere zugehen und entsprechend ärgerlich fordern „Mein Platz!\", und die ganze nächste Runde wird in der Haltung „ärgerlich“ gespielt. Wichtig ist hier also, die betreffende Haltung spielerisch einzunehmen und auszudrücken.

Vorschläge für Haltungen: liebevoll, wütend, müde, neugierig, desinteressiert, aufgeregt, ängstlich ... Lassen Sie am besten auch die SuS Spielvorschläge machen!

6. Probieren Sie ruhig eine Spielszene aus

Beim Forumtheater spielen wir Situationen der SuS, die diese erlebt haben, als Szenen. Das verlangt – da man nur das was passiert ist, eins zu eins nachspielt - keine inszenatorischen Kenntnisse, das heißt, das können Sie auch ausprobieren. Wichtig ist, in Kleingruppen von vier bis fünf SuS zu arbeiten. Wichtig: Niemand spielt sich selbst (das ist zum einen für den Schutz der Personen wichtig, zum anderen dafür, eine Außensicht auf das eigene Handeln zu erhalten und letztlich für das empathische Erleben, wie sich eine andere Person in der entsprechenden Situation fühlt oder fühlen könnte). Die betroffene Person, die die zu spielende Situation direkt erlebt hat, führt „Regie“ und kann selbst eine Rolle (außer sich selbst) übernehmen. Die Themenvorschläge sollten von den SuS aus dem offenen Gespräch kommen. Sie sammeln die Vorschläge und stimmen am Ende der Gesprächsrunde mit den SuS ab, welche gespielt werden sollten und bilden entsprechend die Gruppen (zu je 4 bis 5 Personen). Sinnvoll ist, selbst einige Themen „in petto“ zu haben um diese als Impulse – sollten die SuS erst einmal

nichts vorschlagen (oft halten diese ihre eigenen Erlebnisse nicht für wichtig oder es fällt nichts ein, obwohl viel erlebt wurde) – einbringen zu können. Das könnten Szenen sein wie z. B.:

- Ein Tagesablauf vom Aufstehen bis zum Schlafengehen während der Corona-Krise.
- Wie hat das mit dem Lernen und Arbeiten zu Hause geklappt?
- Wie war es mit den Geschwistern? (das spielen vor allem jüngere SuS gern nach)
usw. (siehe hier auch die Materialien)

Die Gruppen proben nun jeweils gleichzeitig mit ihrem Thema. Für eine Absprache über die Inhalte der Szene (Beschreibung der Situation, Wer spielt wen?) und eine kurze Probe erhalten die SuS etwa 20 Minuten Zeit. Dann spielt immer eine Gruppe den anderen SuS ihre Szene vor und bleibt auf der „Bühne“. Fragen Sie nach jeder Szene die Zuschauenden, was sie gesehen haben, was in der Szene passiert ist. Hier geht es nicht um eine Bewertung der darstellerischen Leistung, sondern darum, herauszufinden, wo der Konflikt, das Problem im gezeigten Erlebnis steckt. Jetzt geht es um eine Lösungssuche, sie moderieren dabei und fragen, was die SuS an Stelle der Hauptfigur – der betroffenen Person – machen würden. Der/die Vorschlagende probiert nun seine/ihre Idee aus, indem er/sie die Stelle der Hauptfigur einnimmt, und in der nochmals zu spielenden Szene versucht, eine Lösung zu erreichen. Man kann auch – je nach Zeit – mehrere Lösungsansätze direkt im Spiel probieren.

6. Abschlussrunde/Feedback

Zum Abschluss Ihrer Gesprächsrunde, die eventuell mit den spielerischen Übungen oder mit einer oder zwei Spielszenen angereichert wurde, sollten Sie sich das Feedback der SuS einholen.

- Wie war es für euch?
- Was war wichtig?
- Was habe ich Neues über Mitschüler erfahren?
- Was sollte anders gemacht werden?

Wenn von den SuS selbst nichts eingebracht wird, sprechen Sie bitte einzelne SuS direkt an. Und zwar diejenigen, bei denen sie selbst neugierig sind, wie sie die Gesprächsrunde erlebt haben bzw. diejenigen, die viel oder die gar nichts gesagt haben. Bedanken Sie sich zum Abschluss bei den SuS und geben Sie nun selbst ein kurzes Feedback. Hier sollten möglichst die positiven Seiten hervorgehoben

werden und nur, wenn Ihnen etwas ganz Gravierendes aufgefallen ist (z.B. ständige Unruhe, eine starke Gruppe von Störenden, massive Verweigerung usw.), dann nennen Sie dies, formulieren Sie es als Aufgabe, verbunden mit den Worten, dass die Klasse und Sie ja weiterhin an diesen Themen arbeiten können.

Wir hoffen sehr, dass wir Sie mit dieser Handreichung in der aktuellen und komplexen Schulsituation unterstützen können. Auch wenn der Schulalltag mit seinem ganzen organisatorischen und hygienischen Aufwand eine solche „persönliche Aufarbeitung“ momentan nicht zulassen sollte, hoffen wir doch, dass wir Ihnen einige Anregungen – möglicherweise auch für spätere Zeiten - geben konnten. Gern unterstützen wir Sie. Sie erreichen uns unter der Telefonnummer 0176 – 63018841 und per E-Mail unter mail@tpz-sachsen.de.

Mit herzlichen Grüßen,



Walter Henckel
Geschäftsführer
Projektleiter VOM MITEINANDER und
MITTEN DABEI



Dirk Strobel
Künstlerischer Leiter
Theaterpädagoge

Das Projekt VOM MITEINANDER wurde initiiert und wird gefördert durch das Sächsische Staatsministerium für Kultus im Rahmen der Umsetzung des Handlungskonzeptes „W wie Werte“.

Das Projekt MITTEN DABEI wird gefördert durch das Sächsische Staatsministerium für Soziales und Verbraucherschutz, Geschäftsbereich Gleichstellung und Integration, Stabsstelle Demokratieförderung innerhalb des Landesprogramms „Weltoffenes Sachsen für Demokratie und Toleranz“ (WOS).

Diese Maßnahmen werden mitfinanziert durch Steuermittel auf Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushalts.



STAATSMINISTERIUM
FÜR SOZIALES UND
VERBRAUCHERSCHUTZ



Freistaat
SACHSEN

STAATSMINISTERIUM
FÜR KULTUS



Freistaat
SACHSEN

Theaterpädagogisches Zentrum Sachsen e.V. im Theaterhaus Rudi Fechnerstraße 2a 01139 Dresden
Telefon 0351_32010281 E-Mail mail@tpz-sachsen.de Vorstand Konrad Wiehl, Ulrike Strobel Geschäftsführer Walter Henckel
Vereinsregisternummer 3999 (Amtsgericht Dresden) Steuernummer 202/143/02595 Finanzamt Dresden-Nord
Kontoverbindung IBAN DE87850503003120180369 BIC OSDDDE81XXX Ostwälder Sparkasse Dresden www.tpz-sachsen.de

Materialien

Links zu Unterstützungsangeboten

- 1. Infos Schulpsychologie NRW; siehe dort auch den YouTube-Beitrag „Corona und Mobbing“**
<http://www.Schulpsychologie.nrw.de/schule-und-corona/lehrkraefte/aengste/index.html>
- 2. Servicestelle für Gesundheitsförderung an Österreichs Schulen**
<http://www.give.or.at/schule-nach-dem-corona-lockdown-tipps-fuer-lehrerinnen-und-lehrer>
- 3. Friedrich Verlag – Informationen zu Corona**
<https://www.friedrich-verlag.de/bildung-plus/gesundheit-und-schule>
- 4. ADAS – Anlaufstelle für Diskriminierungsschutz an Schulen**
<https://adas-berlin.de/>
- 5. COVID-19 Snapshot Monitoring**
<https://projekte.uni-erfurt.de/cosmo2020/cosmo-analysis.html>
- 6. Stiftung Gesellschaft macht Schule**
<https://www.gesellschaft-macht-schule.de/>
- 7. Carlotas – Was ist Vielfalt**
<https://www.carlotas.org/ueberuns>

Mögliche Fragen und Themenkomplexe für das „offene Gespräch“ mit Ihren Schülerinnen und Schülern

1. Wie hast Du/habt ihr die Zeit der Kontaktbeschränkungen verbracht?

- „Was war für dich besonders wichtig?“
- „Was war gut?“
- „Was hat besonders genervt?“
- „Was hat am meisten gefehlt?“
- „Wie hat es mit der ‚Schule daheim‘ geklappt? Welche Schwierigkeiten gab es dabei?“
- „Wie war dein Umgang mit der vielen freien Zeit?“

Bei diesem Themenkomplex haben Sie die Möglichkeit, das Zeitphänomen zu beleuchten. Die Schüler haben eine neue Erfahrung damit gemacht, da es keine Schulzeit war, aber auch keine Ferien. Was war es dann? Was ist Zeit? Es gibt die Uhrzeit (Klingeln in der Schule); die Jahreszeit (Frühling, Sommer, Herbst, Winter); Entwicklungszeit (Kind, Jugendliche/r, Erwachsene/r, usw.); freie Zeit; volle Zeit; Zeit, die nicht vergeht; ...

2. Zeit allein - die Themen Resilienz, Selbstfürsorge, Selbstwirksamkeit werden angesprochen

- „Du hast sicherlich viel Zeit allein verbracht. Wie war das? Was hast du gemacht?“
- „Wie war das mit dem Zocken?“
- „Hast Du im Netz etwas Neues gefunden? Etwas Neues gelernt, z. B. ein neues Programm, ein neues Spiel, eine Technik?“
- „Wie war das mit deinen Hobbys, z. B. Lesen, Malen, Musik hören, Schreiben, Austausch mit Anderen darüber?“
- „Wie war deine/eure Stimmung, wenn du/ihr allein warst/wart?“

- „Habt ihr über etwas Bestimmtes nachgedacht?“
- „Hast du etwas Bestimmtes gefühlt oder wahrgenommen?“
- „Habt ihr auch mal an euch gezweifelt? Seid ihr unsicher geworden?“
- „Gab es Schulangst oder die Angst, zu versagen?“

3. Bindungen/Sozialkontakte

- „Was habt ihr mit der Familie gemacht?“
- „Was mit den Geschwistern?“
- „Hat euch der Opa oder die Oma gefehlt?“
- „Was habt ihr gedacht, als ihr gehört habt, ihr sollt Oma und Opa nicht mehr besuchen?“
- „Habt ihr noch Kontakt zu euren Freunden oder Freundinnen gehabt?“
- „Welche Kontaktformen habt ihr genutzt (Anrufe, Klassenchat, WhatsApp, Instagram, SMS, E-Mail, Facebook ...)?“

4. Outdoor - draußen sein - Bezug zur Gesellschaft

- „Habt ihr euch mit jemandem getroffen?“
- „Habt ihr jemanden kennen gelernt?“
- „Was ist euch draußen aufgefallen?“
- „Wie fandet ihr die Menschen – waren sie freundlicher oder verschlossener?“ usw.

5. Empathie – Solidarität – Verantwortungsgefühl

- „Habt ihr Angst gehabt, euch anzustecken?“
- „Habt ihr vor sonst etwas Angst gehabt?“
- „Habt ihr jemanden unterstützt oder geholfen?“
- „Habt ihr auch mal an der Welt gezweifelt?“

6. Zukunft – Was sollte sich ändern/was soll bleiben?

- „Was lernst Du aus der Corona-Krise?“
- „Was wird sich gesellschaftlich verändern?“
- „In einer Umfrage haben 67% der Lehrer gesagt, dass sie ihre Schüler in Zukunft zu mehr Verantwortung ermuntern wollen (ZEIT, 16.4.2020). Was denkst Du dazu?“
- „Was wirst Du verändern?“
- „Wie wird sich die Schule ändern?“
- „Was wäre für dich die wichtigste Änderung?“
- „Was sollte unbedingt beibehalten werden?“
- „Sollten mehr digitalen Medien im Schulalltag genutzt werden?“
- „Was denkst Du zur Nutzung der digitalen Medien? Warum ist das wichtig?“
- „Was lernst du Neues durch die digitalen Medien?“