



T direkt 041 723 68 40
stephan.kaelin@zg.ch
Zug, 07. April 2020
DBK SPD 1.8 / 18 / 3245

Überlegungen zum Lockdown aus schulpsychologischer Sicht

1.1. Was brauchen die Lehrpersonen in dieser Situation?

- Starke Führungspersonen, Sicherheit durch flexiblen aber strukturierten Rahmen
 - Führung sollte jetzt noch persönlicher und enger stattfinden als in normalen Zeiten.
 - Klare Vorgaben helfen in einer verunsichernden Zeit, kühlen Kopf zu bewahren und sich auf das Wesentliche zu konzentrieren.
 - Führung muss in einer Krisensituation genug Struktur vorgeben, damit sich die Mitarbeitenden sicher fühlen können.
 - In Krisenzeiten brechen zum Teil Phänomene auf, die im Arbeitsalltag nicht auffallen oder sogar angestrebt werden (sich z.B. nicht primär als Mitglied eines Teams, sondern als Einzelkämpfer*in zu verstehen, kann im Arbeitsalltag für persönliche Ruhe sorgen. In Krisenzeiten kann es aber die Gefühle der Isolation oder der Einsamkeit verstärken).
- Klare Haltung der Vorgesetzten
 - Wenn Kommunikationsgefässe fehlen, ist die möglichst klare Kommunikation umso wichtiger. Wohl wissend, dass es so etwas wie klare Kommunikation nicht gibt.
 - Hoch motivierte Lehrpersonen mit einem hohen Anspruch an die eigene Leistung neigen auch in Krisenzeiten dazu, sich selber zu überfordern.
- Augenmass bei der Umsetzung der Massnahmen
 - «Gut ist gut genug»
 - SL sollten den LP explizit sagen, dass eine gleiche Leistung wie bei physisch anwesenden SuS nicht möglich ist und auch nicht angestrebt wird.
 - Keine psychische Energie an Fragen verschwenden, die nicht im eigenen Kompetenzbereich liegen. Ob es ein Zeugnis gibt und wie das aussieht, wird an anderer Stelle entschieden.
- Vernetzung intern
 - Je weniger sich jemand als Teil eines Teams begreift, umso schneller ist diese Person in der aktuellen Zeit isoliert und kann sich potentiell einsam fühlen.
 - Vernetzung mit Teammitgliedern ist im Moment nicht nur für den fachlichen Austausch extrem wichtig (Synergien nutzen). Es hilft auch, psychisch gesund zu bleiben.

- Vernetzung extern (z.B. SPD, Triaplus, Punkto etc.)
 - Bei der Wahrnehmung von potentiell ungünstigen Verläufen im Elternhaus lieber einmal zu früh eine Außenstelle kontaktieren.
 - Wie gut die anderen Dienste präsent sind, wissen wir nicht. Wir vom SPD sind während unseren normalen Bürozeiten weiterhin erreichbar. Nicht nur für Schulleitungsmitglieder, sondern auch für Eltern, Lehr- und Fachpersonen.
- Über Ängste sprechen, sich selbst nicht isolieren.
 - Dass in einer Krisenzeit Ängste auftauchen, ist ganz normal.
 - Sich immer wieder vergegenwärtigen, Gefühle tauchen auf, bleiben und gehen wieder. Auch ohne, dass man sie aktiv bearbeitet.
 - Wie bei allen Gefühlen gilt aber auch bei der Angst: Darüber sprechen hilft in den meisten Fällen.
 - Der Mensch ist ein soziales Wesen. Auch wenn unterschiedliche Menschen unterschiedlichen Bedarf an Kontakt haben. Schlussendlich sind alle auf den zwischenmenschlichen Kontakt angewiesen. Dieser muss aber gepflegt werden. Kontakt ist eine aktive Angelegenheit.

1.2. Was brauchen SuS / Eltern in dieser Situation?

- Menschlichkeit vor Stoffvermittlung
 - Diese Situation löst in vielen Menschen Angst und Verunsicherung, manchmal sogar Ohnmacht aus.
 - Das Wahrnehmen der psychischen Verfassung der Kinder und Eltern, die Teilhabe und das Vermitteln eines gewissen Stücks Normalität sind aktuell wichtiger als der Schulstoff.
 - Plakativ gesagt nützt einem Kind der gelernte Stoff nichts, wenn es dafür in dieser Zeit eine psychische Auffälligkeit entwickelt.
 - Stoff lernt sich besser, wenn man gesund ist.
- Sprechen über Befindlichkeit
 - Wie oben ausgeführt, ist das Sprechen über die Befindlichkeit ein wichtiger Teil der aktuellen Arbeit.
 - Es ist zudem eine Chance, das Sprechen über die Befindlichkeit und über Gefühle zu einem Normalzustand zu machen, was es in unserer Gesellschaft bis heute nicht ist.

- Wie organisieren sich die SuS
 - Die exekutiven Funktionen (hemmen, umstellen, ordnen, organisieren, planen, strukturieren, sich selber und die Aufgaben überprüfen, Arbeitsgedächtnis, emotionale Kontrolle und Initiative) sind beim Homeschooling noch mehr gefragt, als in regulären Klassensituationen.
 - Kinder mit schlecht ausgeprägten exekutiven Funktionen brauchen mehr Unterstützung als andere Kinder. Insbesondere, wenn auch deren Eltern nicht über gut entwickelte exekutive Funktionen verfügen.
- Nicht nur mit den Kindern, sondern auch mit den Eltern sprechen
 - Im präventiven Sinn ist es wichtig, auch die Befindlichkeit der Eltern abzuholen.
- Nicht nur Kinder sondern auch Eltern coachen bezüglich der Stoffvermittlung, der Organisation und hinsichtlich Hilfsangebote
 - Nicht, um die Eltern zu therapieren, aber um möglichst früh Hilfsangebote zu vermitteln.
 - Viele Eltern sind mit der Art der Stoffvermittlung nicht vertraut. Z.B. wird schriftliches Rechnen heute anderes gelehrt als früher.
 - Der Lockdown ist auch für Eltern eine Ausnahmesituation. Sie sind im normalen Familienalltag selten so mit ihren Kindern und deren Gefühlen konfrontiert.
 - Gezielt nachfragen wie es den Eltern geht, ob sie Hilfe oder Unterstützung brauchen.
- Lehrpersonen kennen ihre Kinder: Nicht alle gleich oft anrufen, sondern Telefonkontakte der Situation und dem Bedarf anpassen.
 - Wie bereits ausgeführt: Kinder mit schlecht ausgeprägten exekutiven Funktionen brauchen mehr Unterstützung als andere.
 - Auch hier gezielt die Eltern befragen. Nicht jedes Kind, das in der Schule gut funktioniert, tut das auch zu Hause.
- Stoff, der in extremis vom Kind alleine bearbeitet werden kann (wenn Eltern nicht helfen können oder aber arbeiten müssen).
- Wenn Eltern nicht unterstützen können, diesen Kindern mehr zeitliche Ressourcen widmen
- Kinder fragen, ob sie betreut sind (-> mit den Eltern ansprechen)