

## Der Präsenzunterricht kehrt zurück Unterricht und Klassengemeinschaft gesundheitsförderlich gestalten



Schülerinnen und Schüler haben während der Zeit der Schulschliessung neue Erfahrungen gemacht. Bestimmt waren viele schwierig dabei, aber auch solche, die man als bereichernd bezeichnen darf. Wo der neue Alltag gut oder auch gegen Widerstände gemeistert wurde, sind **Ressourcen** deutlich und vielleicht sogar gestärkt worden. Andernorts sind **Schwierigkeiten** unverkennbar zu Tage getreten und vielleicht sogar noch verschärft worden.

Am 11. Mai werden die Schulen wieder geöffnet, der Fernunterricht findet ein (vorläufiges) Ende. Geht also alles so weiter, wie es Mitte März gestoppt worden ist? Muss das Tempo gar beschleunigt werden? Das würde zwei Chancen vergeben:

- Erstens bietet es sich an, neu erkannte oder entstandene Ressourcen wahrzunehmen und wo möglich zu nutzen.
- Zweitens lohnt es sich, auch die verunsichernden Erfahrungen wahr- und ernst zu nehmen und zu prüfen, was sie für die **Gestaltung des Unterrichts und der Klassengemeinschaft** bedeuten.

Wir sind weiterhin Sie da und freuen uns auf Ihre Fragen, Rückmeldungen und Anregungen.  
Ihr Team der Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention:

Dominique Högger, [dominique.hoegger@fhnw.ch](mailto:dominique.hoegger@fhnw.ch)

Claudia Suter, [claudia.suter@fhnw.ch](mailto:claudia.suter@fhnw.ch)

Caroline Witschard, [caroline.witschard@fhnw.ch](mailto:caroline.witschard@fhnw.ch)

## Unterschiedlichste Erfahrungen

Die Schülerinnen und Schülern bringen aus der Zeit des Fernunterrichts sehr unterschiedliche Erfahrungen und Wahrnehmungen mit. Zum Beispiel:

- Die einen haben im Fernunterricht viel **gelernt**, andere haben viele Aufgaben nicht verstanden und konnten sie nicht bearbeiten.
- Die einen haben die **Freiheiten** des Fernunterrichts geschätzt und konnten ihr Lernen gut organisieren, die anderen fühlten sich verloren und haben gemerkt, dass die **Strukturen** in der Schule sehr hilfreich sind.
- Die einen freuen sich, ihre **Freundinnen und Freunde** wieder zu sehen, andere sind unsicher, wie nahe sie sich kommen dürfen.
- Die einen kommen **freudig und unbeschwert** in die Schule zurück, andere eher **sorgenvoll** oder vielleicht wie auf Nadeln sitzend, weil sie sich vor Ansteckungen fürchten.
- Die einen werden die **Regeln** zu Hygiene und Abstand gut einhalten können, andere finden sie überflüssig oder vergessen sie laufend.
- Die einen halten die Massnahmen des Stillstands für total **übertrieben**, andere für nichts als **angemessen**.

Verunsicherungen sind sehr wahrscheinlich – mindestens bei einigen Schülerinnen und Schülern. Deshalb lohnt es sich, an jenen Gewohnheiten anzuknüpfen, die rasch Sicherheit verleihen können – an den gewohnten **Ritualen** des früheren Schulalltags. Daneben lohnte es sich, aufmerksam zu sein für das, was neu und ungewohnt ist und **spezielle Aufmerksamkeit** braucht.

## Eine Art Neuanfang mit der Klasse

Nicht alles ist neu und anders, aber es ist leicht, das **Neue und Andere zu übersehen**. Deshalb lohnt es sich, mit dem Gedanken an einen Neuanfang an das Wiedersehen mit der Klasse heranzugehen. Lehrpersonen kennen das vom Start einer neuen Klasse anfangs Schuljahr. Folgende Fragen können sie sich dabei stellen:

- Was ist (zumindest für einige Schülerinnen und Schüler) neu und ungewohnt? Was ist jetzt **wichtig**? Wie kann ich das wahrnehmen und mit der Klasse **gestalten**?
- Welche Erfahrungen haben die Schülerinnen und Schüler während der Schulschliessung gemacht? Gibt es Verunsicherungen, die dem Lernen in irgendeiner Form **im Weg stehen**? Wie kann ich sie als Lehrperson wahrnehmen und auffangen?
- Wie gestalte ich als Lehrperson **Strukturen** des Unterrichts, die für die einen nach der Zeit des selbstgesteuerten Lernens sehr hilfreich sind, andere aber vielleicht plötzlich einengen? Wie kann ich Kinder, die während des Heimunterrichts an **Selbstverantwortung** für ihr Lernen gewonnen haben, weiterhin auf diesem Weg unterstützen?
- Welche **Unterschiede** gibt es unter den Kindern? Wer hegt Befürchtungen, wer ist eher zuversichtlich? Wer hat welches Wissen bzw. Halbwissen über die aktuelle Situation und über die geltenden Regeln? Und wer hat welche Einstellung dazu? Was heisst das für das Lernen der einzelnen Kinder, was für die Klassenführung und die Klassengemeinschaft?
- Wie kann ich als Lehrperson **Rücksicht** nehmen auf Rückstände beim Lernen, Besorgnis, Empfindlichkeiten oder konkrete Gefährdungen – z.B. bei Kindern, deren Angehörige zu Risikogruppen zählen? Wie kann ich Situationen ansprechen, Lösungen suchen und mein Handeln darauf anpassen?

## Gemeinsam mit der Klasse auf der Suche

Neue Situationen erfordern neue Verhaltensweisen. Es lohnt sich, gemeinsam mit der Klasse **nach dem Neuen und Anderen zu fahnden** und einen Umgang damit zu finden:

- Ankommen und gemeinsam auf die ungewohnte Ausgangslage schauen: Was haben die Schülerinnen und Schüler während des Fernunterrichts **Schönes und Schwieriges** erlebt? Was haben sie vermisst? Wer freut sich auf die Schule und wer nicht? Und weshalb? Mit ihrem Interesse nimmt die Lehrpersonen den **Beziehungsfaden** zu den Schülerinnen und Schüler wieder auf, ermöglicht ein Ankommen und gewinnt selber ein Bild, wo die einzelnen Schülerinnen und Schüler stehen bzw. was sie brauchen, um wieder in den (bzw. einen neuen) Schulalltag zu finden.
- Vielleicht ergibt sich – gleich zu Beginn oder mit etwas Abstand – auch Raum zum Weiterdenken: Wie lässt sich das, was schön war, bewahren? Wie sind die Schülerinnen und Schüler mit Schwierigkeiten umgegangen und waren sie dabei auch erfolgreich? Was lässt sich allenfalls **daraus lernen**? Wie kann man dem, was sie vermisst haben, jetzt Raum geben – was können und wollen sie selber dafür tun, was die Lehrperson und was die Klasse?
- Welche **Regeln**, zum Beispiel zu Hygiene und Abstand, gelten neu? Wie gewöhnen wir uns an sie und wie können wir dafür sorgen, dass wir sie einhalten? Wie gehen wir mit Regelverletzungen um? Wichtig ist, die Regeln einerseits wirklich ernst zu nehmen, bei Regelverstößen andererseits nicht gleich in Panik zu geraten. Es soll **keine Atmosphäre der Angst** entstehen.
- Der Situation **den Schrecken nehmen**, z.B. gemeinsam darüber nachdenken und ausloten, wie der geforderte Abstand eingehalten werden kann, etwa erfinderisch werden, wie z.B. ein Blatt überreicht werden kann (das darf auch spielerisch und lustvoll sein).
- Wie können wir uns trotz Abstandsregeln **unbefangen und unbeschwert** begegnen, um nicht nur zu funktionieren, sondern um auch Lebensfreude zu erleben, uns gegenseitig zu unterstützen und in unserem Tun Sinn zu finden?
- Wie gehen wir mit unterschiedlichen Erlebnissen, Empfindungen, Meinungsverschiedenheiten oder konkreten Gefährdungen um? Wie finden wir in der Klasse zusammen, so dass **allen wohl ist und alle ihr Bestes geben können**? Allenfalls braucht es in der Klasse eine gemeinsame Lösungssuche. Ernstgenommen zu werden, ist für Kinder mit Besorgnissen schon sehr entlastend.

## Weitere Hinweise zur Gesundheitsförderung

Folgende Unterlagen verfolgen dasselbe Anliegen: Die Rückkehr zum Präsenzunterricht gesundheitsförderlich gestalten:

- Die Initiative «Mindmatters» hat Praxisideen für alle Zyklen zusammengestellt. Diese fördern das Sprechen über eigene und fremde Gefühle, Kommunikation, Partizipation, Freundschaft sowie das Zugehörigkeitsgefühl zur Klasse und zur Schule. Die Übungen stammen aus den Mindmatters-Modulen «Gemeinsam(es) Lernen mit Gefühl» sowie «Freunde finden, behalten und dazugehören» und ermöglichen, Bezug zu den Erfahrungen während des Fernunterrichts herzustellen. Die Übungen sind alle ohne Körperkontakt und mit geringem Vorbereitungsaufwand durchführbar. Die komplette Übungssammlung mit Beschreibung und weiterführenden Informationen findet sich unter [www.mindmatters.ch](http://www.mindmatters.ch).
- Die Erziehungsberatung des Kantons Bern hat ebenfalls einige Gesichtspunkte zusammengestellt, um Kinder beim Wiedereinstieg in den Unterrichtsalltag zu begleiten: <https://tinyurl.com/y9yzl6w9>