

Und plötzlich war im Schulalltag alles anders.  
Eine praktische Betrachtung aus schulpsychologischer Sicht in der Krise.

**Die beiden für Baar zuständigen Schulpsychologen, Evelyne Gut und Stephan Kälin, skizzieren nachfolgend ihre Überlegungen.**

**Sie schreiben: «Die Umstellung auf den Fernunterricht war kaum beschlossen, als wir am Sonntag, 22. März 2020 durch den Rektor angerufen wurden. Er fragte uns, was wir zeitnah an nützlicher Unterstützung bereitstellen könnten. Im Zentrum des Interesses stand die Frage, was Lehrpersonen, Eltern und Kinder in dieser aussergewöhnlichen Zeit für Bedürfnisse haben und welche Unterstützung sie allenfalls benötigten.**

**Zwei Tage später legten wir ein Gerüst an Massnahmen vor, das nach und nach – ergänzt durch eine psychologische Sicht – während den wöchentlichen Videokonferenzen der Schulleitung im Dialog verfeinert wurde.»**

## Was brauchen die Lehrpersonen?

### **Starke Führungspersonen, Sicherheit durch flexiblen aber strukturierten Rahmen**

Führung sollte in dieser Zeit 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. So kann eine selbstständige Arbeitsweise und eine gewisse Zurückgezogenheit im Arbeitsalltag für persönliche Ruhe sorgen. In Krisenzeiten kann es aber die Gefühle der Isolation oder der Einsamkeit verstärken.

### **Klare Haltung der Vorgesetzten**

Wenn durch Fernunterricht und Homeoffice wichtige Kommunikationsgefässe wegbrechen, 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». Eine gleiche Leistung wie bei physisch anwesenden Schülerinnen und Schülern ist nicht möglich und auch nicht erstrebenswert. Daher keine psychische Energie an Fragen verschwenden, die nicht im eigenen Kompetenzbereich liegen. Ob es ein Zeugnis gibt und wie das aussieht, wird zum Beispiel an anderer Stelle und später 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 potenziell einsam fühlen. Vernetzung mit Teammitgliedern ist in dieser Zeit nicht nur für den fachlichen Austausch extrem wichtig (Synergien nutzen, zum Beispiel im Unterrichtsteam, mit den Heilpädagoginnen und Schulsozialarbeitern). Dies hilft auch, psychisch gesund zu bleiben.

### **Vernetzung extern<sup>1</sup>**

Bei der Wahrnehmung von potenziell ungünstigen Verläufen im Elternhaus lieber einmal zu früh eine Aussenstelle kontaktieren. Wie gut die anderen Dienste präsent sind, wissen wir nicht. Wir vom SPD bleiben während unseren normalen Bürozeiten weiterhin erreichbar. Nicht nur für Schulleitende, 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, dies auch ohne, dass man diese 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, letztlich sind alle auf den zwischenmenschlichen Kontakt angewiesen. Dieser muss aber gepflegt werden. Kontakt ist eine aktive Angelegenheit.

## Was brauchen Schülerinnen und Schüler sowie deren Eltern?

### **Menschlichkeit vor Stoffvermittlung**

Diese Situation löst in vielen Menschen Angst und Verunsicherung aus, manchmal sogar Ohnmacht. Das Wahrnehmen der psychischen Verfassung der Kinder und Eltern, die Teilhabe und das Vermitteln eines gewissen Stücks Normalität sind in dieser aussergewöhnlichen Zeit wichtiger als der Schulstoff.

### **Sprechen über Befindlichkeit**

Das Sprechen über die Befindlichkeit ist zentraler Teil der Arbeit in der Zeit der Pandemie. 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 noch nicht ist.

### **Wie organisieren sich die Schülerinnen und Schüler?**

Die exekutiven Funktionen (vgl. Tabelle rechts) sind beim Fernunterricht noch mehr gefragt als in regulären Klassensituationen. Kinder mit schlecht ausgeprägten exekutiven Funktionen brauchen mehr Unterstützung. Lehrpersonen kennen ihre Schulkinder.

Es ist wichtig, die Kinder mit erhöhtem Förderbedarf oder Bedarf an Unterstützung enger zu begleiten und häufiger anzurufen, als Kinder, die sich gut selber organisieren können.

<sup>1</sup> Folgende Aussenstellen bieten Beratungen in nächster Umgebung an: **Schulpsychologischer Dienst Zug** (SPD), **Triaplus** (Sie führt in Baar eine kantonale Beratungsstelle und im Auftrag des Kantons Zug ein Tagesambulatorium); **Beratungsstelle für Kinderschutz** (BfK-B) in der Gemeinde Baar, **Frauzentrale Zug** (FZ), **Punkto** (Kinder-, Jugend- und Elternberatung in Baar), **Beratungsstelle für Bildungsfachleute** an der Pädagogischen Hochschule Zug.

---

## Exekutive Funktionen

Unter diesen werden Funktionen verstanden, die unser Handeln und Denken steuern und koordinieren.

- Es existieren eine Vielzahl an solchen Funktionen, die insbesondere dann zum Einsatz kommen, wenn eine Handlung oder Gedanken nicht automatisiert ablaufen, zum Beispiel bei komplexen Problemstellungen, wenn ein Ablauf in sinnvolle Schritte gegliedert werden muss oder wenn Hindernisse die geplante Lösung verunmöglichen.
- In der Praxis werden die Teilfunktionen unterschiedlich benannt.
- Wir arbeiten mit den folgenden Begriffen:
  - Impulshemmung – die Fähigkeit, einen Impuls willentlich zu unterdrücken.
  - Umstellen – sich gedanklich von einer auf eine andere Situation einstellen.
  - Ordnen/Organisieren – den Arbeitsplatz oder die Gedanken.
  - Planen/Strukturieren – einen Arbeitsablauf oder den Wochenplan.
  - Arbeitsgedächtnis – Inhalte im Gehirn speichern und sie bearbeiten.
  - Überprüfung – die Handlung sowie die Qualität der Arbeit.
  - Emotionale Kontrolle – mit Gefühlen umgehen.
  - Sowie die Initiative – eine Handlung starten.

Die exekutiven Funktionen sind während der Arbeit in der Schule praktisch pausenlos aktiv und für schulische Erfolge von grosser Wichtigkeit.

---

### **Nicht nur mit den Kindern, sondern auch mit den Eltern sprechen**

Im präventiven Sinn ist es wichtig, auch die Befindlichkeit der Eltern abzuholen. Viele Eltern sind mit der Art der **Stoffvermittlung** nicht mehr vertraut, zum Beispiel wird schriftlich Rechnen heute anders unterrichtet als früher. Der Lock-down ist auch für Eltern eine Ausnahmesituation. Eltern sind im normalen **Familienalltag** selten so eng und so nah mit ihren Kindern und deren Gefühlen konfrontiert. Gezielt nachfragen, wie es den Eltern geht, ob sie Hilfe oder Unterstützung brauchen.

Wir hoffen, wir konnten mit diesen Guidelines der Schulleitung und den Lehrpersonen Mut zur Klarheit in einer aussergewöhnlichen Situation

geben und damit anspruchsvolle Situationen entschärfen oder zumindest günstig beeinflussen.

Wir möchten uns an dieser Stelle dafür bedanken, dass die Schulen Baar unserer Fachlichkeit auch in dieser aussergewöhnlichen Situation einen solch grossen Stellenwert beigemessen haben. Und dass sie, wie wir auch, eine breitere Auslegung der schulpsychologischen Arbeit befürworteten. Dass wir bei den wöchentlichen Video-Konferenzen der Baarer Schulleitung beratend dabei waren und unsere Sicht einbringen konnten, schätzten wir sehr.

Bildlegende: Monika Zimmermann und Christoph Eder, Klassenlehrpersonen, Mittelstufe 2, Schule Dorfmat.

