

Empfehlungen zur psychosozialen Unterstützung im Hinblick auf die Öffnung der Schulen

1. Grundsätzliche Überlegungen

Die Zeit der Schulschließung war für alle Beteiligten ein plötzlicher, nicht absehbarer **Einschnitt in das gewohnte Leben**. Kontakte und Abläufe wurden abrupt unterbrochen. Die anschließende Ausnahmesituation musste in unterschiedlichen Settings, mit unterschiedlichen Methoden und Kompetenzen gemeistert werden. Dies gelang im Wesentlichen sehr gut; manchmal hat diese besondere Zeit sogar Ressourcen gestärkt.

Allerdings mussten zum Teil auch Konflikte mit nahestehenden Menschen ausgehalten, belastende Dinge wie Krankheit und vielleicht sogar Tod in unmittelbarer Nähe ertragen und **negative Erfahrungen** wie Einsamkeit, Enttäuschung und Langeweile ausgehalten werden.

Zudem muss davon ausgegangen werden, dass die Infektionsgefahr zum Zeitpunkt der Öffnung der Schulen nicht gebannt ist. Die **Unsicherheit** (oft sogar Angst um die eigene Gesundheit oder die von anderen, aber auch um die finanzielle Existenz) **bleibt** und alle werden weiterhin mit gewissen Einschränkungen zurechtkommen müssen. Sich dies einzugestehen und bewusst zu machen, ist ein notwendiger Schritt, um handlungsfähig zu bleiben.

Um all dies gut verarbeiten zu können, hilft es den meisten Menschen, wenn **Zeit und Gelegenheit zum Austausch** gegeben werden. Belastende Erlebnisse und Gedanken können mitgeteilt und bewährte Bewältigungsstrategien ausgetauscht werden. Zu respektieren ist dabei aber auch, dass manche Personen sich nicht aktiv einbringen möchten und eher zurückhaltend reagieren.

Und es muss geplant werden, welche **Maßnahmen** zu treffen sind, dabei zu unterstützen, mit den besonderen Belastungen umzugehen. Daher ist es wichtig zu wissen, ob und inwieweit Schülerinnen und Schüler, deren Eltern, aber auch Lehrkräfte sowie deren Angehörige durch die schwierige Situation **besonders stark betroffen** sind.

Gemeinschaftlich kann dann wieder ein Alltag mit vielen gewohnten Abläufen und neuen Routinen aufgebaut werden. Allerdings muss besonders belasteten Menschen noch über eine längere Zeit hinweg Aufmerksamkeit geschenkt und für deren **Unterstützung gesorgt** werden.