

Lockdowns belasten Psyche von Heranwachsenden

Pädagogischer Tag: Lehrerkollegium des Matthias-Grünewald-Gymnasiums beschäftigte sich mit möglichen Hilfestellungen durch die Schule

Tauberbischofsheim. Die Corona-Maßnahmen sind zu Ende, die Folgen sind noch immer spürbar. Vor allem bei Kindern und Jugendlichen. In den Psychiatrien in Baden-Württemberg ist die Lage angespannt, meldete kürzlich der SWR. Auf einen Platz müsse ein Kind Monate warten. Welche Hilfestellung kann in solchen Fällen eine Schule geben? Mit dieser Frage beschäftigte sich das Lehrerkollegium des Matthias-Grünewald-Gymnasiums (MGG) im Rahmen eines Pädagogischen Tages.

„Vieles lastet auf den Kindern und Jugendlichen, mit denen wir täglich zu tun haben“, erklärte Studiendirektor Tobias Andres vom Schulleitungsteam. Darauf angemessen zu reagieren, sei eine große Herausforderung.

Mit dem Pädagogischen Tag reagierte das Matthias-Grünewald-Gymnasium auf die aktuelle Entwicklung. Experten aus verschiedenen Bereichen beleuchteten das Thema aus unterschiedlichen Perspektiven und gaben Tipps zur Vorgehensweise.

Konzentrationsprobleme

Zu Beginn stellte Birgit Schmitt die Ergebnisse einer Umfrage vor. Die Schulsozialarbeiterin am MGG hatte Lehrer und Schüler nach Ursachen für Störungen im Unterricht befragt. Mit interessanten Ergebnissen. Lehrer gaben beispielsweise an, dass sie bei ihren Schülern Konzentrations- und Aufmerksamkeitsprobleme bemerkt haben. Schüler notierten stattdessen Ereignisse im familiären Umfeld wie Tod von Verwandten

oder Scheidung der Eltern. „Über manche Probleme ihrer Schüler wissen Lehrer gar nicht Bescheid“, räumte Birgit Schmitt ein.

Hauptreferent des Pädagogischen Tages war Dr. Karsten Rudolph. Er ist Ärztlicher Direktor der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie der Johannes-Diakonie Mosbach. Die Auswirkungen von Corona und den staatlichen Maßnahmen hat er in seinem beruflichen Alltag festgestellt. 18 Prozent der Kinder und Jugendlichen waren seinen Angaben zufolge vor Corona wegen psychischer Störungen in Behandlung. Während der Pandemie habe man die psychosozialen Auswirkungen von Lockdowns und Kontaktbeschränkungen völlig ausgeklammert.

„Es sind nur Virologen zu Wort gekommen“, so Rudolph. Mit fatalen Konsequenzen. Rudolph berichtete von Studien, die von psychischen Belastungen bei 85 Prozent der Kinder und Jugendlichen ausgehen, bei 30 Prozent können psychische Störungen beschrieben werden. Rudolph konstatierte vermehrte Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen wie gesteigerten Medienkonsum, Bewegungsmangel, Fehlernährung und Fettleibigkeit.

Was tun? Rudolph identifizierte verschiedene Strategien und Schutzfaktoren. Wer mit Optimismus an seine Aufgaben herangehe, stabile emotionale Beziehungen pflege und ein soziales Netzwerk aufgebaut habe, könne mit Stress besser umgehen. Ein unterstützen-

des Familienklima, das von einem konsequenten Erziehungsstil gekennzeichnet sei, helfe auch. Rudolph sprach außerdem davon, wie wichtig Schulerfolg und sportliche Aktivitäten sind. Den Lehrern riet er, präsent zu sein, zuzuhören und Sicherheit zu vermitteln.

Rudolph begrüßte es, wenn Schulen wie das MGG die Kooperation mit psychologischen Beratungsstellen suchen. „Schulen müssen es sich erlauben, sich zu öffnen“, betonte er. Professionelle psychologische Hilfe entlaste Lehrer. „Es tut gut, im Team zu arbeiten.“ Lehrer bekommen, so Rudolph, auf diese Weise neue Impulse und eine andere Perspektive.

Verschiedene Workshops vertiefen diese Aspekte. Schulsozialarbeiterin Birgit Schmitt und Schulpsychologin Izabela Scheja boten Su-

pervisionsgespräche an. Die Lehrer konnten mit den beiden konkrete Fälle besprechen und Lösungsansätze diskutieren. Präventionsbeauftragte Margit Bauer gab Hinweise für eine Klassenführung, die Störungen möglichst schon im Vorfeld verhindert.

Um Achtsamkeit und Resilienz ging es bei Workshops mit den beiden Präventionsbeauftragten Sabine Kutterolf-Ammon und Jens Lisiecki sowie Schulpsychologin Izabela Scheja. Die Referenten zeigten anhand verschiedener Modelle auf, wie man die eigenen Ressourcen stärkt. „Nur wer sich selber kennt, kann Ressourcen aufbauen“, erklärte Scheja. Wer Kraftquellen neu entdecke, so lautete ihrer Überzeugung, könne beflügelt an seine Arbeit gehen. m/gg