

Arbeitsmaterialien für Lehrkräfte

Kreative Ideen und Konzepte inklusive fertig ausgearbeiteter Materialien und Kopiervorlagen für einen lehrplangemäßen und innovativen Unterricht.

Kreative Ideenbörse Schule – Sonderausgabe 2022 / 2023

Keine Angst vor der Angst

Schulkinder in unruhigen Zeiten auf ihrem anstrengenden Entwicklungsweg unterstützen und stärken

Prof. h. c. Dr. h. c. Armin Krenz



Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus der „Kreativen Ideenbörse Schule“ der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

► Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).



Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet.

► Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie [hier](#).



Haben Sie noch Fragen?

Unser Kundenservice hilft Ihnen gerne weiter:

Schreiben Sie an info@edidact.de oder per Telefon 09221 / 949-410.

Ihr Team von eDidact

Schulkinder in unruhigen Zeiten auf ihrem anstrengenden Entwicklungsweg unterstützen und stärken

Wie Ängste, Sorgen und unerfüllte psychosoziale Grundbedürfnisse entwicklungshinderliche Auswirkungen auf Kinder haben und was dagegen hilft.

Prof. h. c. Dr. h. c. Armin Krenz



*Wer vor der Angst davonläuft, den fängt sie ein.
Wer der Angst entgegengeht, vor dem läuft sie weg.
(Sinnspruch)*

Einleitende Gedanken

Vieles, zugleich kaum Denkbares und bis dato Vorstellbares sowie Beängstigendes hat sich in der letzten Zeit zugetragen, was mit großer Sicherheit vor etwas mehr als zweieinhalb Jahren kaum jemand erahnen konnte. Auf der einen Seite wurde Deutschland – wie auch nahezu die ganze Welt – durch eine nicht enden wollende Pandemie aufgeschreckt und alle Bewohner*innen mit bisher unbekanntem Lebenswelteinschränkungen konfrontiert, die geschichtlich betrachtet in Ansätzen an die Ausbreitung krankmachender und Tod bringender Infektionen im Mittelalter erinnern konnte, auf der anderen Seite wurde in Europa in einem autonomen und demokratisch geführten Land ein Krieg in Gang gesetzt, der unendlich großes Leid unter der dortigen Bevölkerung verursacht und wiederum die ganze Welt in Entsetzen, Trauer, Fassungslosigkeit, Wut und Besorgnis gesetzt hat und weiterhin setzt. Kurz zuvor musste sich Deutschland zudem mit einer neuen „Jahrhundertflut“ befassen, die ebenfalls in dieser Dimension und mit den bekannten Auswirkungen und Folgen nicht vorstellbar war. Für die meisten Bewohner*innen in Deutschland bekam damit eine jahrzehntelange Komfortzone einen überaus großen Riss, der mit all' seinen Folgen noch nicht genau beschrieben bzw. erfasst werden kann. Pandemien, Naturkatastrophen in dieser Form und Kriege

waren bis dato eher in weiter Ferne – doch plötzlich eben nicht mehr. Die Welt hatte sich von nun an auch für Deutschland und die Bürger*innen verändert. Während die meisten Erwachsenen die Möglichkeit hatten/haben, solche dramatischen Ereignisse mit der Zeit kognitiv und zunehmend auch emotional zumindest annähernd zu erfassen und zu verarbeiten, haben Kinder im Rahmen ihrer aktuellen Entwicklungszeiten und den damit verbundenen psychosozialen Herausforderungen noch weitaus größere Schwierigkeiten, mit diesen erlebten Irritationen umzugehen.

Strukturveränderungen, diverse Verordnungen und Regelungen, Fernsehberichte und -bilder bewirken Unruhe

*(Vorbemerkung: Wenn im folgenden Textteil von ‚Erwachsenen‘ die Rede ist, so wurde diese Personenbezeichnung bewusst gewählt, um damit sowohl Lehrkräfte als auch Eltern anzusprechen, zumal eine Hilfe zur **Angstbewältigung** der Kinder sowohl eine Aufgabenstellung für Lehrkräfte als auch für Eltern ist.)*

Ohne an dieser Stelle auf die ganze Bandbreite der Veränderungen für Schulkinder (und selbstverständlich auch für alle Lehrkräfte) einzugehen, die Kinder (und ihre Eltern) im Laufe der Corona-Pandemie im Einzelnen miterleben und mittragen mussten, so wurde von allen Vieles abverlangt, durchsetzt von teilweise permanent wechselnden Verordnungen, Verunsicherungen, Überforderungen, nicht einlösbaren Erwartungen sowie Widersprüchlichkeiten, die kaum bis gar nicht zu verstehen waren. Kinder wurden aus **Sicherheit gebenden Lebens- und Lernbedingungen** herausgerissen, **lebensbedeutsame Rituale** konnten von ihnen nicht mehr wie gewohnt gepflegt und erlebt werden und **verordnete Neuerungen** erweiterten das Irritationsfeld der Kinder (sowie der meisten Erwachsenen), trugen zu einem deutlich erhöhten **Stresspegel** aller bei und brachten Unruhe in einen Bereich, der sich in dieser Entwicklungszeit der Kinder in vielen Ausdrucksformen gezeigt hat: vor allem in einem **sozialen Rückzugsverhalten**, in zunehmender **Traurigkeit** und **Verschlossenheit** vieler Kinder, in **Niedergeschlagenheit** und durch einen ehemals vielseitig orientierten **Interessenverlust**, durch **Konzentrationsstörungen**, **Zukunftsängste** und **Sorgen**, was die weitere Entwicklung wohl noch mit sich bringen mag, **Verlustängste**, ob bisherige Abbrüche und Kontaktunterbrechungen wieder in gleicher Qualität aufgenommen werden können, in **Selbstzweifeln**, ob es möglich ist, an zurückliegenden Sicherheiten wieder anknüpfen zu können oder in **Schulversagensängsten**, gelerntes Wissen noch zur Verfügung zu haben und den Anschluss an aktuelle Anforderungen zu bekommen. Darüber hinaus zeigten sich diese **Ängste** auch in **stressbesetzten Verhaltensweisen**, die Kinder durch eine **deutlich erhöhte Reizbarkeit**, durch **aggressives Verhalten** oder auch **Hyperaktivität** zum Ausdruck brachten. Kinderärzt*innen stellten, ebenso wie entsprechende Begleituntersuchungen einiger Wissenschaftsinstitute, fest, dass auch eine Zunahme an **psychosomatischen Erkrankungen** konstatiert werden konnte: Es kam zu einer vermehrten **Gewichtszunahme** bei vielen Kindern, die Anzahl der Kinder, die über **Kopfschmerzen** klagten, stieg ebenso an wie der Anteil der Kinder, die unter **Schlafstörungen** litten. Besonders erschreckend war zudem die Tatsache, dass die **Suizidrate** unter Kindern auf eine ansteigende Zahl hinwies. Letztendlich berichteten eine hohe Anzahl von Kindern, dass es zu **verstärkten Streitigkeiten im häuslichen Umfeld mit Geschwistern bzw. Eltern** gekommen sei – unter anderem beim ‚Homeschooling‘ oder durch das ‚enge Aufeinanderhocken‘ und durch eine **verstärkte Mediennutzung**.

Würde man diese unterschiedlichen Auslöser, Ursachen und Hintergründe in eine Ordnungsstruktur bringen wollen, ließe sich jede Ausdrucksform zu einer der folgenden 5 Kategorien zuordnen: Kinder waren mit **Trennungserlebnissen**, **Beziehungsnöten**, **Bedrohungsängsten**, **Auslieferungs- und Ohnmachtserlebnissen** konfrontiert.

Ängste sind grundsätzlich hilfreich, können aber auch massiv entwicklungshinderlich sein

Ängste sind in realen Gefahrensituationen sinnvoll und hilfreich, weil sie zur Vorsicht raten. Gleichzeitig können Ängste aber auch das Leben erschweren, einen massiven Druck ausüben und jegliche Handlungsaktivitäten unterbinden.

Somit ist es auch die Aufgabe von Erwachsenen, Kindern dabei zu helfen, mit der Zeit genau diese Differenzierung kennenzulernen und zu beachten: Ängste dienen einerseits unserer Sicherheit und unterstützen Menschen dabei, möglichst unfallfrei das eigene Leben gestalten zu können. Dann gibt es Ängste, die mit einem „kribbeligen“ Spannungsgefühl verbunden sind (wie beim Besuch einer Geisterbahn, bei einer Nachtwanderung durch einen unbekanntem Wald, beim Lauschen einer Gespenstergeschichte oder beim Schauen eines höchst spannenden Krimis) und es gibt Ängste – vielleicht sogar mit phobischen Erregungszuständen, panischen Angstgefühlen oder zwangsgesteuerten Handlungen verbunden –, die das Leben schwer und vielleicht sogar unerträglich machen.

Ängste können sowohl **zurückliegende Ursachen** wie beispielsweise länger existierende Belastungen, seelischer Schmerz, Konfrontation mit überhöhten Selbstansprüchen, Mobbing Erfahrungen, Überforderungserfahrungen, Störungen des Selbstbildes etc. aktualisieren (= **auslösen**) als auch durch **neue, unbekannte Ereignisse verursacht** werden. Diese Aussage ist in ihrem Bedeutungswert möglichst genau zu erfassen (Auslöser **versus** Ursache). Hier kommen „alte Geschichten“ erneut zum Ausbruch! Kinder, deren **Selbstsicherheit und Selbstwirksamkeit** schon vor den aktuellen Corona-, Kriegs- und Naturkatastrophenereignissen nicht stabilisiert waren, erleben diese Eindrücke als eine zusätzliche Verunsicherung und damit als eine Verstärkung ihrer Angst. Insofern legen diese **Verstärkungsängste** einen Mangel offen, der diese Kinder schon eine längere Zeit begleitet hat. Entsprechend zeitaufwändiger und anspruchsvoller – gleichzeitig aber auch notwendiger – ist es hier, gerade diesen Kindern zu helfen, aus ihrem Dilemma herauszufinden. Kinder hingegen, deren Selbstwertgefühl und Selbstwirksamkeit eine relativ **gute Stabilität** aufweisen, gehen etwas weniger belastet – wenn auch natürlich nicht gänzlich unbelastet – mit diesen neuen, **beängstigenden** Eindrücken und Erfahrungen um.

Lehrkräfte haben als Resilient*innen eine hohe Bedeutung für Kinder

Unabhängig von der Ausgangssituation brauchen alle Kinder, deren Lebensalltag durch die derzeit besonders bedeutsamen Vorkommnisse beeinflusst wurde bzw. wird und deren Auswirkungen sich in den unterschiedlichen, kindlichen Ausdrucksformen zeigen, eine humanistisch orientierte Begleitung bzw. Unterstützung, um aus **entwicklungseinschränkenden Ängsten** herauskommen zu können. Dabei geht es immer und grundsätzlich um eine **Hilfestellung**, um Kinder in ihrer angstbesetzten Lebenssituation aktiv und kompetent zu begleiten.

Nun könnte bei der einen oder anderen Lehrkraft der Eindruck entstehen, es gehe um eine **psychotherapeutische** Hilfe. Dieser Anspruch ist **in keinem Fall** zutreffend oder gefordert. Ein solcher Anspruch wird weder erwartet noch ist es möglich, eine solche Erwartung überhaupt erfüllen zu können. Entsprechend dem Schulgesetz (SchulG) § 67 – Aufgaben und Stellung der Lehrkräfte, Absatz 2 – heißt es dort:

(2) Die Lehrkräfte fördern die persönliche Entwicklung, das eigenständige Lernen und das eigenverantwortliche Handeln der Schülerinnen und Schüler. Sie unterrichten, erziehen, beurteilen und bewerten, beraten und betreuen in eigener pädagogischer Verantwortung im Rahmen der Bildungs- und Erziehungsziele und der sonstigen Rechts- und Verwaltungsvorschriften sowie

der Beschlüsse der schulischen Gremien. Die unterrichtliche Tätigkeit der in Absatz 1 genannten Lehrkräfte erfolgt in gemeinsamer Abstimmung mit anderen Lehrkräften und den sonstigen schulischen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Die eigene pädagogische Verantwortung darf durch Konferenzbeschlüsse nicht unzumutbar eingeschränkt werden.

Hier geht es, bezogen auf die Aufgaben einer Lehrkraft und bezüglich der aktuellen Aufgabenstellung (a) um die **Förderung der persönlichen Entwicklung /.../ von Schüler*innen**, (b) um **Beratung und Betreuung /.../** im Rahmen der Bildungs- und **Erziehungsziele /.../**.

Eine **pädagogische Begleitung** umfasst daher auch die Aufgabenstellung, Kindern in schwierigen Situationen zur Seite zu stehen und einerseits den Unterricht so zu gestalten, dass Kinder zu einem eigenständigen Lernen und einem eigenverantwortlichen Handeln (zurück)finden können und andererseits dass Lehrkräfte durch entwicklungsunterstützende Verhaltensweisen aktiv dazu beitragen, dass sie von Kindern als **Resilient*innen** wahrgenommen werden. Diese Sichtweise von ‚Bildung‘ umfasst das **ganze Kind** und sieht in ihm nicht nur die Schülerin oder den Schüler. Dies hat in treffender Form schon der ehemalige Bundespräsident, Johannes Rau auf dem ersten großen Kongress des ‚Forum Bildung‘ am 14.07.2000 in Berlin sehr treffend formuliert: *„Wir sollten deshalb Bildung wieder stärker ganzheitlich verstehen. In der Bildung vergewissern wir uns unserer selbst und finden unsere Identität. /.../. Zur Bildung gehören die Vorstellungen und Einstellungen, die Fähigkeiten und Gewohnheiten, die es dem Menschen ermöglichen, die Welt selbst bestimmt und verantwortlich zu gestalten. **Bildung ist etwas anderes als Wissen.** Wissen lässt sich büffeln, aber Begreifen braucht Zeit und Erfahrung. /.../ Selbständig und frei denken zu lernen (darauf kommt es an. AK) /.../ **Wer nicht denken gelernt hat, der kann diesen Mangel durch noch so viele Informationen nicht ersetzen.** Denken und Verstehen: das hat zu tun mit dem ganzen Menschen, mit Leib und Seele, mit Herz und Verstand. Denken und Verstehen: das hat zu tun mit analytischen Fähigkeiten und Fantasie, mit Einfühlungsvermögen und mit der Fähigkeit, sich neue Wege zu erschließen. /....“*

Und wenn es um die Möglichkeiten und zugleich die Notwendigkeit geht, **Angstblockaden** bei Schulkindern zu minimieren, versteht es sich von selbst, diesen allgemeinen **pädagogischen Auftrag** entwicklungsförderlich für Kinder auszuführen.

„Bildung beginnt dort, wo man sich selbst an die Hand nimmt.“

(Prof. Dr. Andreas Gruschka)

