

21.12.2020 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Dr. Peter Kristen,

Evangelischer Pfarrer und Studienleiter, Religionspädagogisches Institut Darmstadt

Ferien in Corona-Zeiten

Wer in der Schule bis letzte Woche gelernt oder gearbeitet hat, hat die Ferien herbeigesehnt. Nicht mehr aufstehen, wenn es noch dunkel ist, nicht in den vollen Schulbus müssen. Zuhause bleiben, ohne Maske, ohne die dicke Jacke im stoßgelüfteten Klassenzimmer. Ohne die Sorge, sich oder andere anzustecken. Schluss damit, Ferien eben.

Ben will am liebsten im Bett bleiben

Ben, ein Schüler, sagt, er hat davon geträumt, einfach im Bett zu bleiben bis zum Weihnachtsmorgen. Dann die Augen auf und Corona ist zwar nicht weg, aber Weihnachten ist wenigstens da.

Die Schulen offen halten ist eine Gratwanderung

Die Schulen offen zu halten hat vielen ein Stück Normalität und Lebensrhythmus bewahrt. Die meisten Eltern konnten weiter zur Arbeit gehen, Kinder und Jugendliche konnten weiter lernen. Eine Gratwanderung in der Hoffnung: Die Menschen in den Krankenhäusern können es trotzdem leisten, alle, die eine Behandlung brauchen, so gut wie möglich zu versorgen.

Die Lehrerinnen und Lehrer haben enorm viel geleistet

Die letzten Monate haben allen in den Schulen viel abverlangt. Lehrerinnen und Lehrer hatten oft doppelte Arbeit. Ständiger Wechsel zwischen Präsenzunterricht in der Schule und Online-Unterricht zuhause.

Risiko Ansteckung

Außerdem hat man doch in Gedanken zusammen gerechnet: Wie viele Kontakte habe ich jeden Tag in der Schule? Viele Gelegenheiten, sich anzustecken und das Virus mit nach Hause zu nehmen. Viele sind getestet worden, haben sich selbst getestet, mussten in Quarantäne. Einige sind erkrankt, oder gar gestorben. Ich weiß, da war viel Begleitung auch in seelischen Nöten nötig. Manches davon ist noch unbewältigt.

Weihnachtsferien im Lockdown

Jetzt in den Ferien werden viele Schülerinnen und Schülern ihre gleichaltrigen Freunde vermissen. Was hilft da dem Körper und der Seele?

Tipps für gelungene Ferien

Es tut gut, in den Ferien eben nicht im Bett zu bleiben, wie Ben das geträumt hat. In Bewegung bleiben ist gut und einen Tagesrhythmus beibehalten. Also doch aufstehen, sich pflegen und aktiv werden. Vielleicht ist heute Zeit, einen Weihnachtsbaum zu besorgen. Geschenke einpacken, sorgfältiger als sonst, miteinander Plätzchen backen oder kochen. Und Kontakte pflegen mit dem Telefon oder Chat. Falls möglich, mit einem Spaziergang draußen mit Abstand.

Jeden Tag mit jemandem Kontakt pflegen

Das hab ich mir vorgenommen: bis die Schule wieder beginnt, will ich jeden Tag mit jemandem Kontakt haben, der sonst vielleicht vergessen würde. Vielleicht macht ja jemand mit ...