

24.09.2020 um 18:15 Uhr

hr3 MOMENT MAL



Ein Beitrag von

Christina Ellermann,

Pastoralreferentin an der Edith-Stein-Schule in Darmstadt

Gute Kombi: Sechs Tage Arbeit – ein Tag Pause

Moderator/in: *Nächste Woche Freitag ist der letzte Schultag vor den hessischen Herbstferien. Aber bis dahin werden an unseren Schulen noch einige Arbeiten, Klausuren oder Vokabeltests geschrieben. Es ist vielleicht auch deshalb etwas mehr als sonst, weil Corona-bedingt Lernstoff aufgeholt werden muss. Christina Ellermann von der katholischen Kirche: Du bist ja Religionslehrerin an einer Darmstädter Schule: Wie ist das denn bei euch?*

Bei uns ist das auch so. Ich habe zum Beispiel Kurse in der Oberstufe: Da ist es wichtig, die Schülerinnen und Schüler gut aufs Abi vorzubereiten. Alles in allem ist es schon anstrengender als sonst vor den Herbstferien. Meine Schüler haben zum Beispiel gesagt, sie mussten sich wieder ans Klausuren schreiben gewöhnen nach der langen Pause. Aber ich hoffe ich, dass wir da gemeinsam alle gut durchkommen.

Hast du denn auch Tipps, wie ihr gerade durch die stressigen Zeiten gut durchkommt zusammen?

Also was ich meinen Schülern und Schülerinnen oft sage, ist zum Beispiel: Vergesst nicht, auch mal Pausen einzulegen. Die tun gut und sind wichtig. Klar fiebern jetzt viele auf die Ferien hin, aber Pausen sind zum Beispiel auch die Sonntage. Ich sage ganz oft: Teilt euch die Hausaufgaben und das Lernen so ein, dass ihr sonntags mal nichts machen müsst. Mir fällt das manchmal auch schwer. Aber Gott hat sich nach sechs Tagen Arbeit auch ausgeruht. Und das darf ich sonntags auch. Ich kann zum Beispiel was mit meiner Familie oder Freunden unternehmen oder mal in den Gottesdienst gehen. Sonntage sind für mich wie kleine Urlaube: Da bekomme ich wieder neue Kraft! Und ich kann die Zeit bis zu den Herbstferien oder bis zum nächsten Urlaub besser schaffen.