

Ausgegrenzt

Psychologischer
Stress in der
Schule
während der
Coronazeit

Von Jessica Keller, Bad Tölz

Quarantäne, Homeschooling, Maske – die frühen 2020er Jahre werden voraussichtlich in die Geschichte der Bildungspolitik eingehen als Jahre massiver Eingriffe in den Schulbetrieb im Dienste des Infektionsschutzes. Welche Folgen diese Maßnahmen und auch die langfristige, spannungsgeladene Atmosphäre für unsere Kinder haben, kann im Moment nur vage abgeschätzt werden. Der folgende Bericht der Mutter einer 13-jährigen Schülerin soll hier als Zeitzeugendokument festgehalten werden.

Im März 2020 wurde bei uns in Bayern der Schulunterricht auf Online-Schooling umgestellt. Die Kinder waren nun dazu angehalten, täglich bis zu sechs mal 45 Minuten vor dem Computer zu sitzen und die ganze Zeit von einer Kamera gefilmt zu werden. Zuvor hieß es immer „Rettet Eure Kinder vor zu langem Sitzen vor Computern oder Fernsehern“. Jetzt wurden alle Kinder davor geparkt.

Vor laufender Kamera

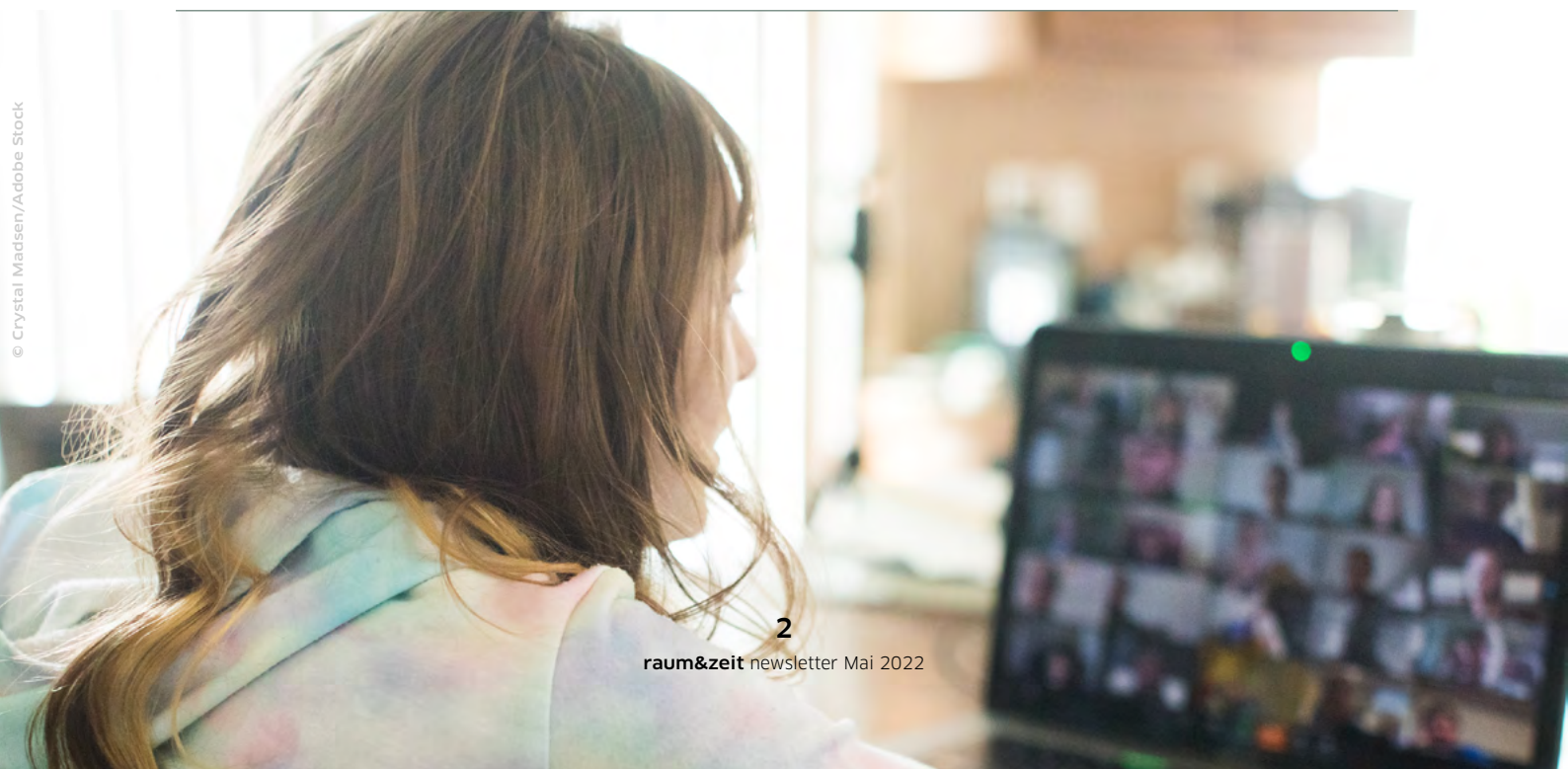
Kinder und Eltern wurden von den Lehrkräften dazu aufgefordert, die ganze Zeit ihre Kamera laufen zu lassen. Mittlerweile waren bestimmt die meisten von uns Lesern schon einmal Teilnehmer an einer Onlinesitzung und wissen, wie anstrengend es ist zu wissen, dass die ganze Zeit der Film läuft. Für mich stellte sich außerdem die Frage, wie geschützt die aufgenommenen Daten sind. Kein Datenschutzbeauftragter der Schule konnte mir mitteilen, wie lange die Daten im Netz bzw. der Schul-Cloud sind. Aus

diesen Gründen stand es für mich überhaupt nicht zur Diskussion, meine Tochter mit Kamera teilnehmen zu lassen. Nach längeren Telefonaten hatte die Schulleitung meine Argumentation auch akzeptiert. Hiermit begann unsere Reise als Außenseiter in dem „alten“ Schulsystem.

Unter der Maske

Nach den Sommerferien hieß es dann in Bayern wieder: Präsenzunterricht mit Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung den ganzen Tag. Die ersten zwei Schultage verliefen für meine Tochter ganz gut mit Maske. Allerdings litt sie nach kurzer Zeit schon unter Kopfschmerzen. Am dritten Tag bekam sie auch nicht mehr richtig Luft, erlitt dadurch eine Panikattacke und fiel vom Stuhl mit kurzer Bewusstlosigkeit. Hier war für mich als Mutter die „rote Linie“ überschritten. Meine Tochter wandte sich an einen Arzt, der auch unter anderem Lungentests mit ihr machte. Nach den Ergebnissen war klar, sie konnte auf keinen Fall wei-

Kinder und Eltern wurden von den Lehrkräften aufgefordert, die ganze Zeit ihre Kamera laufen zu lassen.





terhin eine Maske tragen und erhielt somit eine „Befreiungssattest“ für die „Mund-Nasen-Bedeckung“.

Die SchülerInnen ihrer Schule fanden es am Anfang toll, dass es anscheinend die Möglichkeit einer Befreiung gibt und wollten diese auch für sich haben. Doch leider stellte sich dieses als sehr schweres Unterfangen heraus, sodass meine Tochter die einzige „Befreite“ in der Schule blieb. Schulfreundinnen von ihr berichteten mir immer wieder, dass ihren Eltern die vielen Arztbesuche etc. zu viel seien und sie ihnen beispielsweise sagen: *„Hab' dich doch nicht so, diese Extrawurst brauchst du gar nicht - meine Schulzeit war auch nicht die Schönste, da muss man sich eben durchbeißen“*.

Mein Unverständnis für das Verhalten der Eltern wurde immer größer. Im Gespräch machte ich auch einigen den Vorschlag, doch einfach mal acht Stunden mit Maske den Alltag zu meistern. Denn zu dem Zeitpunkt mussten nur die Schüler die Maske die ganze Zeit tragen, in den meisten Berufen war dies noch nicht vorgeschrieben.

Am Pranger

Dann schlug die Stimmung an der Schule um. Meine Tochter berichtete mir immer häufiger, dass sie verbale Angriffe von MitschülerInnen und LehrerInnen bekam, da sie ja keine Maske trug. Durch das Nichttragen der Maske musste sie die ganze Zeit vor einem komplett geöffneten Fenster alleine sitzen. Natürlich war das auch schwer für ihre KlassenkameradInnen zu ertragen, da es bei ihnen auch immer kälter wurde und sie den ganzen Schultag über froren. Lehrkräfte mit ausgeprägter Angst vor einer Infektion schrien sie an manchen Tagen an: *„Du bist schuld, dass alle anderen Menschen auf dieser Welt sterben. Schämst Du dich nicht?“* Um die Angst der Lehrkräfte zu minimieren, ging meine Tochter einen Kompro-

miss ein und trug ein Plastikvisier am Platz, auf den Gängen und im Bus. Doch diese wurden Anfang Dezember 2020 von der bayerischen Landesregierung verboten. Zu dem Zeitpunkt zog ich zum zweiten Mal die Notbremse, um meine Tochter vor weiteren sozialen Attacken zu schützen. Ich konnte sie vom Unterricht befreien lassen unter Angabe des Grundes, dass ich die aktuelle pandemische Lage als zu gefährlich und unsicher ansehe, als dass ich meine Tochter zur Schule schicken könne.

Nach den Weihnachtsferien 2020 waren wieder alle SchülerInnen im Home-Schooling. Da hatten wir Glück, denn schon nach kurzer Zeit konnten wir eine Übungsgruppe bilden und die Jugendlichen dieser Gruppe trafen sich, um zusammen den Schulstoff durchzuarbeiten und die sozialen Kontakte weiterhin zu pflegen.

Der Test-Zwang

Nach den Osterferien 2021 kam dann die Testpflicht. Nur wer sich dieser Maßnahme regelmäßig unterzog durfte in die Schule kommen. Hierbei stellten sich für mich gleich die Fragen:

- Was für Inhaltsstoffe sind in dem Stäbchen?
- Wieso dürfen Kinder mit einer krebserregenden Flüssigkeit ohne Schutzanzug und Handschuhe umgehen?
- Was passiert mit einem Kind, das ein positives Testergebnis hat und welche psychischen Folgen wird es dadurch tragen müssen?
- Warum werden nach der Testung der Kinder nicht die Masken abgesetzt? Es widerspricht der menschlichen Logik, diese weiterhin zu tragen. Zudem gibt es genügend Studien, die zeigen, dass Masken nicht vor Viren und Bakterien schützen und nach einer Tragezeit von circa einer Stunde aus gesundheitlichen Gründen eine Tragepause wichtig ist.

Bekannte von uns arbeiten in einem großen Pharmakonzern, der die Teststäbchen herstellt. Sie hatten mir mitgeteilt, dass sie ihre Kinder niemals mit diesen Stäbchen testen lassen würden, da sie auch die Inhaltsstoffe kennen. Somit war für mich klar, meine Tochter bleibt weiterhin zu Hause und ich werde sie zu Hause beschulen. Von Seiten der Schule waren wir wieder auf uns alleine gestellt, da die anderen SchülerInnen wieder in der Präsenz waren. Wir erklärten somit weiterhin, dass auf Grund der pandemischen Lage ein Besuch der Schule nicht möglich sei.

Zu diesem Zeitpunkt wurde es auch anderen Eltern zu viel und sie ließen auch ihre Kinder zu Hause und wir konnten wieder Lerngruppen bilden.

Neuer Versuch mit Spucktest und ohne Maske

Im neuen Schuljahr 2021 hatten wir bezüglich der Testpflicht eine Alternative gefunden. Wir fuhren jeden Tag in ein externes Testzentrum, das Spucktests machte. Somit hatten wir bereits am Vorabend des nächsten Schultages das Ergebnis und es mussten keine giftigen Substanzen in den Körper eingebracht werden. Klar bedeutete das einen Mehraufwand an Zeit von einer Stunde pro Tag, doch es war für uns die beste Lösung um weiterhin die Gesundheit meiner Tochter zu schützen. Wir ließen dann noch das Masken-Befreiungsattest erneuern und so konnte die nächste Runde Präsenzunterricht beginnen.

Bis Oktober lief alles ganz gut, ganze drei Wochen! Dann wurde meine Tochter von einer Lehrerin richtig gegängelt. Sie hat sie im Unterricht angeschrien, sofort ihre Maske aufzusetzen. Die Argumentation einer Befreiung und der Vorschlag, sich alleine in die letzte Reihe zu setzen, half nichts. Die Lehrerin bestand auf die Maske. Nach knapp 30 Minuten passierte es wieder. Sie bekam eine Panikattacke, fiel vom Stuhl aus auf den Fußboden und wurde kurz bewusstlos.

Ich holte meine Tochter ab und dieses Mal war sie noch mehr psychisch erschüttert, als bei den Malen davor. Der Arzt kam auch zu dem Entschluss, dass ein weiterer Schulbesuch nicht in Frage kommt, wenn es nur die beiden Optionen gibt:

- alleine sitzen ohne Maske mit offenem Fenster während der ganzen Schulzeit oder
- Maske am Platz tragen und eine erneute Panikattacke riskieren.

Keine Unterrichtsmaterialien von der Schule

Daher gab es für uns vorerst nur wieder die Lösung, den Unterricht zu Hause zu absolvieren. Die Schule stellte sich hier allerdings wieder nicht auf unsere Seite und schickte meiner Tochter kein Lehrmaterial. Zum Glück half mir meine berufliche Ausbildung zum Trainer und Coach sehr, den Unterrichtsstoff vorzubereiten und Arbeitsmaterial zur Verfügung zu stellen.

Glückliche Wende

Doch für mich konnte das keine langfristige Lösung sein. Meine Tochter war ein Kind, das immer gerne in die Schule gegangen ist und auch die sozialen Kontakte genossen hat. Daher brauchten wir einen Plan B. Wir bewarben uns auf einer privaten Montessorischule in unserem Landkreis. Der Schulleitung schilderten wir den Verlauf der letzten zwei Schuljahre inklusive der Probleme des Ausgrenzens meiner Tochter. Seit Beginn des neuen Schulhalbjahres besucht meine Tochter nun diese Schule und darf wieder ein Kind bzw. Teenager sein, der sich frei bewegt und vor dem die Lehrer keine Angst haben.

Zum Glück haben wir eine Schule gefunden, bei der „das Wohlbefinden und Glück der Kinder“ im Vordergrund steht. Im regulären deutschen Schulsystem war dies die letzten beiden Jahre nicht möglich. Hier wurde sogar die Kindeswohlgefährdung in jeglicher Hinsicht hingenommen.

Von Seiten der Schule waren wir wieder auf uns alleine gestellt.



Aufarbeiten der Traumata

Da meine Tochter ein starkes Trauma durch die Ausgrenzung und verbalen Attacken abgespeichert hatte, suchten wir uns Hilfe bei einer Heilpraktikerin. Hierzu eine kurze Stellungnahme der Heilpraktikerin Alexandra Stark:

„Zur Auflösung des Erlebten wandte ich bei der traumatisierten Schülerin ThetaHealing®, eine energetische Heilmethode aus Amerika, an. Hierzu versetzte ich die Patienten in einen tiefen Entspannungszustand, um durch gezielte Fragen sanft bis in die Tiefe ihres Traumas vorzu-

Wir rundeten die Heilbehandlung damit ab, dass wir darüber sprachen, was sie alles in den Monaten des Ausgegrenztwerdens gelernt hatte, wie stark und reif sie geworden war, wie mutig sie ist, nun ihren eigenen Weg zu gehen – völlig unabhängig vom Urteil anderer und dass sie damit sogar Erwachsenen ein Vorbild sei.“

Für das Wohlbefinden der Kinder

Nachdem wir zwei Jahre „einen anderen Weg“ gegangen sind, fühlen wir uns weiterhin darin bestätigt, dass

All die Maßnahmen, die unsere Kinder in den letzten Jahren ertragen mussten, sind jenseits jeder Verhältnismäßigkeit.

dringen. Ziel dabei war, das Schlimmste an dieser Erfahrung für sie herauszuarbeiten, um das traumatische Erlebnis an der Wurzel packen und auflösen zu können. R. schilderte, wie LehrerInnen ihr vor allen MitschülerInnen vorgeworfen hätten, schuld daran zu sein, dass Menschen ihretwegen an Corona versterben und vieles mehr. Die Art und Weise, wie ihr das übermittelt wurde, war für sie dabei am schlimmsten, da die Beschuldigungen der LehrerInnen schreiend hervorgebracht wurden. Ich stellte ihr gezielte Fragen darüber, wie sie sich gefühlt und was es mit ihr gemacht hat, so angeschrien worden zu sein. So konnte ich alle Emotionen erfassen, die in ihr ausgelöst wurden – von Hilf- und Machtlosigkeit über das Gefühl sich nicht adäquat wehren zu können, bis hin zu ihrer Sorge, dass ihre Mutter ihretwegen auch Probleme bekommen könnte etc.

Mithilfe intuitiver Führung und kinesiologischer Testungen ergänzte ich noch nicht angesprochene Emotionen des Mädchens. Die Schülerin berichtete weiter, dass sie seitdem täglich mit Bildern des Erlebten konfrontiert sei, die ihr keine Ruhe mehr ließen. Sie empfand es auch als extrem schmerzhaft, dass sich sogar ihre MitschülerInnen gegen sie stellten und sie mehr und mehr zur Außenseiterin wurde. Durch das Verhalten ihrer MitschülerInnen und LehrerInnen entwickelte sie eine sehr große Angst, wieder in die Schule gehen zu müssen und erneut den verbalen Attacken ausgesetzt zu sein.

Durch konsequentes, liebevolles Nachfragen bekam ich einen sehr guten Einblick in das, was dieses 13-jährige Mädchen über sich hat ergehen lassen müssen, und konnte es mit Hilfe von ThetaHealing, vollständig lösen. Ich löschte und heilte energetisch das Trauma und alle damit verbundenen Emotionen, Überzeugungen, Bilder und Ängste. So konnte sie am Ende der Sitzung wieder an die Schule denken, ohne jegliche Angst, sondern mit der nötigen emotionalen Distanz.

es der richtige war. Ich bin sehr stolz auf meine 13-jährige Tochter und ihre Stärken, die sie in den letzten Jahren aufgebaut hat. Noch viel wichtiger für mich ist es, dass Sie zu einer Persönlichkeit heranwächst, die Aussagen und Fakten hinterfragt und es gelernt hat, bei Widrigkeiten in ihrer Herzensmitte zu bleiben und die anderen Menschen auch mit ihren Ängsten zu akzeptieren. All die Maßnahmen, die unsere Kinder in den letzten Jahren ertragen mussten, sind jenseits jeder Verhältnismäßigkeit. Die sozialen, psychischen und gesundheitlichen Schädigungen, die unsere Liebsten hierdurch davongetragen haben, werden in den nächsten Jahren noch einige Aufmerksamkeit fordern. Hierzu möchte ich allen LeserInnen Mut machen. Setzen Sie sich für Ihre Kinder und ihre Bedürfnisse ein. Sie sind das Wichtigste, was wir haben. ■

Infos zur Behandlung mit ThetaHealing

Alexandra Stark, Am Rauschergraben 6, 82057 Icking, Tel.: 08171/488244, E-mail: info@naturheilpraxisstark.de, www.naturheilpraxisstark.de/

Die Autorin

Jessica Keller

Ausbildung zur Hotelfachfrau, Studium Betriebswirtschaftslehre mit Schwerpunkt Coach und Trainer, Abschluss Betriebswirtin, Weiterbildungen im Bereich Gesundheitsberaterin, Business Coach und Trainer, leitende gerontopsychiatrische Fachkraft, Seminarorganisation und -betreuung bei „naturwissen“ in Wolfratshausen; derzeit Planung eines Coachings und Trainings für Schulkinder und Erwachsene bzgl. „Raus aus toxischen Beziehungen und Abhängigkeiten“ und „Mut zur eigenen Freiheit“ zusammen mit Alexandra Stark. Wir möchten in der jetzigen Zeit, die sich immer noch sehr stressig für viele Menschen gestaltet, jedem Werkzeuge an die Hand geben, um die Angst abzulegen und gestärkt durch das Leben zu gehen.