

Sitzung vom 10.06.2021

739. Frage: Frau Scholzen (ProDG)

Thema: **Stressbewältigung Abiturienten**

Es gilt das gesprochene Wort!

Frage Nr. 739 von Liesa Scholzen (ProDG)

Die Abschlussprüfungen sind für eine Vielzahl Abiturienten mit einer erhöhten Menge Stress verbunden. Nach einem ereignisreichen Schuljahr, wie es das Aktuelle gewesen ist, dürfte dies umso mehr der Fall sein. Es ist deshalb zu begrüßen, dass Kaleido den Abiturienten zum Ende des Schuljahres bei der Stressbewältigung unter die Arme greift. Zusammen mit Coaches von „Cooldown“ und dem Coach Fabio Lesuisse, werden den Abiturienten zu diesem Zweck Workshops angeboten. Sie bekommen Ratschläge an die Hand, wie sie mit Corona-bedingtem Stress und dem allgemeinen Prüfungsdruck umgehen können. Außerdem lernen sie Tricks und Tools kennen, auf die sie auch nach dem Abitur zurückgreifen können und die dabei helfen, Stresssituationen in Ausbildung, Studium oder Berufsleben bestmöglich zu meistern.

Dieses "Coaching" soll aber nicht nur in diesem Jahr angeboten werden sollen, sondern langfristig erhalten bleiben und gegebenenfalls auch auf weiter Stufen ausgedehnt werden.

Die Workshops finden teilweise in Präsenz, teilweise aus der Distanz statt, das geht aus ihrer entsprechenden Pressemitteilung hervor. Aus dieser geht auch hervor, dass sich Abiturienten aus sieben von acht Schulen für die Workshops angemeldet haben.

Meine Fragen an Sie lauten:

- *Wie genau sind diese Workshops gestaltet?*
- *Wie viele Abiturienten nehmen dieses Angebot in Anspruch?*
- *Haben Sie bereits Rückmeldungen seitens Kaleido oder der Schüler erhalten?*

Antwort

Sehr geehrte Frau Vorsitzende,
sehr geehrte Kolleginnen und Kollegen,

die Jugendlichen und insbesondere die Abiturienten haben aufgrund der Coronakrise mit Zukunftsängsten zu kämpfen, stehen unter enormen Druck angesichts der Prüfungen und der Herausforderungen, die der neue Lebensabschnitt nach dem Abitur für sie bringen wird. Deshalb habe ich Kaleido Ostbelgien damit beauftragt, Workshops zu organisieren, um die Schüler zu stärken und zu unterstützen.

Die gemeinsam mit Kaleido ausgewählten Coaches, Mona Oellers und Fabio Lesuisse, haben den Jugendlichen gezeigt, wie sie mit Stress, Prüfungsdruck und Ängsten umgehen können. Sie haben ihnen Tricks und Tools vermittelt, auf die sie auch nach dem Abitur zurückgreifen können. Fast alle Workshops fanden während einer Doppelstunde in Präsenz mit dem Coach im Klassenverband statt. Dabei wechselten sich theoretische Teile mit praktischen Übungen ab. Lassen Sie mich einige Beispiele nennen:

- Mit der Übung „Moments of Excellence“ haben die Schüler gelernt, sich in stressigen Situationen einen ihrer kraftvollen Momente in Erinnerung zurückrufen, um sich der Situation zu stellen und nicht vor dieser zu fliehen.
- Eine weitere Übung bestand in den sogenannten „Miniurlauben“, mit denen sie sich in den Prüfungszeiten kleine Auszeiten zum Energietanken einplanen können.
- Die Technik ALI “Atmen-Lächeln-Innehalten“ erlaubt es ihnen, sich bei Stress zu entspannen.

Rund 380 Schüler, vorwiegend Abiturienten – insgesamt gibt es in diesem Jahr 615 Abiturienten in Ostbelgien – haben dieses Angebot zwischen Mitte Mai und Anfang Juni wahrgenommen. Das Feedback war sehr positiv.

Kaleido Ostbelgien und mein Kabinett arbeiten aktuell an der Auswertung der Workshops: Debriefings mit den Coaches und mit den Schulleitern finden in diesen Tagen statt. Mit diesen Erkenntnissen und den Informationen aus der Umfrage zum Hybridunterricht gehen wir in die Planung für weitere Angebote im nächsten Schuljahr, und diesmal nicht nur für Abiturienten.

Ich danke Ihnen für Ihre Aufmerksamkeit.