

Eupen, 25. Mai 2021

Pressemitteilung

Corona- und Prüfungsstress bewältigen Workshops zur Stärkung des Wohlbefindens für Abiturienten

Im Auftrag der Ministerin für Bildung, Forschung und Erziehung bietet Kaleido Ostbelgien derzeit kostenlose Workshops für die Abiturientinnen und Abiturienten der Deutschsprachigen Gemeinschaft an. In den Workshops mit Coaches von „Cooldown“ und mit dem Coach Fabio Lesuisse erfahren die Jugendlichen, wie sie mit Corona-bedingtem Stress und dem allgemeinen Prüfungsdruck umgehen können. Sie lernen 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.

Die Sekundarschülerinnen und -schüler der Abschlussjahrgänge waren in den vergangenen Monaten einer anhaltend hohen Belastung ausgesetzt. Sie mussten im Wechsel von Fern- und Präsenzunterricht zurechtkommen, wichtige Entscheidungen für ihre weitere Zukunft treffen und gute Leistungen erbringen, um die Sekundarschule im Juni erfolgreich abschließen zu können. Um die Jugendlichen vor Beginn der Prüfungsperiode zu unterstützen und den Druck zu reduzieren, hat Kaleido Ostbelgien im Auftrag der Bildungsministerin Lydia Klinkenberg (ProDG) verschiedene Workshops organisiert, an denen die Abiturientinnen und Abiturienten aller Sekundarschulen teilnehmen können. Die Workshops bilden den Auftakt für eine Veranstaltungsreihe zur Stärkung des Stressbewältigungsvermögens der Jugendlichen, die im kommenden Schuljahr zum festen Bestandteil des Schulalltags werden soll.

Bildungsministerin Klinkenberg sieht darin einen großen Mehrwert: "Die Fähigkeit, Stress zu erkennen, ihn zu bewältigen und nach Möglichkeit präventiv zu verhindern, ist ein wichtiges Soft Skill, das in jeder Lebenslage nützlich ist. Insbesondere in der schnelllebigen Berufswelt ist es für die jungen Menschen wichtig, belastbar zu sein und sich vor unnötigem Stress zu schützen. Dieses Schuljahr war für alle Schülerinnen und Schüler herausfordernd und zahlreiche Eltern, Lehrpersonen und Schulleiter haben mir rückgemeldet, dass die Jugendlichen unter großem Druck stehen und mit Zukunfts- und Versagensängsten zu kämpfen haben. Mit diesen Workshops, die durch Kaleido organisiert wurden, möchten wir den Schülern, die im Juni unsere Sekundarschulen verlassen, Werkzeuge mit auf den Weg geben, die sie im Alltag und Berufsleben nutzen können. Ich wünsche mir, dass die Workshops den Jugendlichen dabei helfen, den Ballast

der letzten Monate abzuwerfen und gestärkt ein neues Kapitel aufzuschlagen. In einem zweiten Schritt sollen dann im kommenden Schuljahr auch weitere Schulstufen von ähnlichen Angeboten profitieren können.“

Auch Manfred Kohnen von Kaleido Ostbelgien, dem Dienst für die gesunde Entwicklung von Kindern und Jugendlichen, sieht langfristigen Bedarf bei der Stärkung der Resilienz der Jugendlichen: „Wie schon dem Kaleidobericht im Februar zu entnehmen war, sind wir besorgt um die mentale Gesundheit und gesunde Entwicklung der Kinder und Jugendlichen. Wir denken, dass die Folgen der Coronakrise noch lange zu spüren sein werden. Diese Workshopreihe, die in Zukunft noch weiter ausgebaut werden soll, ist daher ein wichtiger und sinnvoller Ansatz, um die Schülerinnen und Schüler bei der Bewältigung der Krise – aber auch darüber hinaus – zu unterstützen und ihre Selbstkompetenz zu stärken. Die ersten Workshops haben bereits stattgefunden und die Coaches haben uns zurückgemeldet, dass es bislang durchweg positives Feedback seitens der Schülerschaft gab.“

Noch bis zum 26. Mai 2021 läuft zudem die von der Bildungsministerin lancierte Umfrage zur Evaluation des Hybridunterrichts und des Wohlbefindens von Schülerschaft und Personalmitgliedern. Wie Ministerin Klinkenberg mitteilt, habe sie aber bereits vor Ende der Umfrage Maßnahmen wie z. B. die Durchführung der Workshops auf den Weg gebracht. Damit Kaleido Ostbelgien weitere Ressourcen in die Bekämpfung der negativen psychosozialen Folgen der Corona-Pandemie für die Kinder und Jugendlichen investieren kann, stellt die Ministerin dem Dienst zudem drei zusätzliche Vollzeitstellen zur Verfügung.

Kaleido Ostbelgien wird ab dem kommenden Schuljahr eine regelmäßige Befragung von Kindern und Jugendlichen zum Thema Wohlbefinden durchführen. Dazu schließt man sich der HBSC-Studie¹ der WHO an, die in insgesamt 50 Ländern durchgeführt wird. Das Projekt wird in Zusammenhang mit der Freien Universität Brüssel (ULB) organisiert, die in der Wallonie die HBSC-Befragung koordiniert, durchführt und auswertet. Die Umfrage findet alle vier Jahre statt und wird in Form einer Stichprobenerhebung in den Schulen durchgeführt. Die nächste Erhebung findet im Schuljahr 2021-2022 erstmals online statt. Befragt werden die 11-, 13- und 15-Jährigen. Zusätzlich wird Kaleido Ostbelgien in einem zeitversetzten Rhythmus von ebenfalls vier Jahren eine eigene Umfrage durchführen.

„Durch die Durchführung der beiden Befragungen werden wir alle zwei Jahre umfassende Daten zum Wohlbefinden unserer Kinder und Jugendlichen erhalten, die für uns sehr wertvoll sein dürften. So lässt sich z. B. erkennen, ob eine Problematik gleichermaßen im Norden wie im Süden unserer Gemeinschaft besteht. Das ermöglicht auch der Politik differenzierte Maßnahmen zu ergreifen“, erklärt Manfred Kohnen.

¹ HBSC-Studie: <http://www.hbsc.org/>

Praktische Informationen zu den Workshops

Die Workshops werden durchgeführt von „[Cooldown](#)“ und von „[Fabio Lesuisse – unmute yourself](#)“ und finden zum Teil in Präsenzform, zum Teil digital statt.

Schülerinnen und Schüler von sieben der insgesamt acht Sekundarschulen haben sich für die Workshops angemeldet.