

Zusammenhalten – Durchhalten – aber wie?

Liebe Schülerinnen und Schüler,
liebe Eltern,
liebe Kolleginnen und Kollegen,

nun gehen wir in die 2. Woche der Schulschließung wegen des Corona-Virus.

Damit fällt aber nicht nur der Unterricht in gewohnter Form für uns aus, sondern für die allermeisten von uns fallen auch Aktivitäten weg, die uns normalerweise eben helfen, durchzuhalten: sich mit Freunden treffen, quatschen und tratschen, feiern, Konzerte besuchen, Sport treiben in vielerlei Formen.

Alles das ist jetzt nicht mehr oder nur noch eingeschränkt möglich. In dieser Krise fehlen uns viele der gewohnten Mittel, die uns normalerweise helfen, schwierige Zeiten auszuhalten. Verschärftes Familienleben ist angesagt. Aber das bedeutet ja manchmal eher mehr als weniger Stress.

Was kann uns also beim Durchhalten helfen?

Ein Patentrezept haben wir auch nicht, aber wir wollen euch und Ihnen anbieten, darüber ins Gespräch zu kommen und gemeinsam auf die Suche zu gehen. Und wir würden gerne sammeln und hier veröffentlichen, welche Tätigkeiten und Gedanken euch helfen

* wenn euch „die Decke auf den Kopf fällt“

* wenn die Eltern und/oder Geschwister nerven (oder die Kinder)

* wenn ihr Angst habt, euch anzustecken

* wenn ihr nicht wisst, wie ihr Freunden sagen könnt, dass ihr euch nicht direkt mit ihnen treffen wollt

* wenn es so langweilig oder schwierig wird, dass man sogar beginnt, sich nach der Schule zurückzusehnen (das ist ein wichtiges Warnzeichen ;-)

* wenn....

Jede Krise ist auch eine Chance heißt es. Aber was kann diese Krise für uns zur Chance machen? Wie schaffen wir es, unser Leben zu entschleunigen, uns auf das Wesentliche zu besinnen? Welche neuen Entdeckungen können wir in dieser Zeit machen? Schreibt uns eure Ideen und Erfahrungen an schulseelsorge@smg-ingelheim.de

Zusätzlich haben wir ab sofort während folgender Zeiten eine Durchwahl auf unsere Telefone geschaltet, unter der ihr uns als Seelsorger erreichen könnt:

Johannes Münden Tel: 06725-9489963 in der Regel von Mo-Fr. 8-14 Uhr

Stefan Brilmayer Tel: 06721-7051773 in der Regel von Mo-Fr. 8-14 Uhr

Außerhalb dieser Zeiten könnt ihr es auch probieren oder ihr erreicht uns jeweils persönlich per Mail unter muenden@smg-ingelheim.de oder brilmayer@smg-ingelheim.de.

Und wenn ihr/Sie dringend jemanden zum Reden braucht und nicht warten könnt, dann empfehlen wir Ihnen/euch die Telefonnummern

* der Telefonseelsorge (rund um die Uhr besetzt): 0800-1110111 oder 0800-1110222

* der Nummer gegen Kummer: 116111 (oder unter: 0800 - 111 0 333) für Kinder und Jugendliche Mo-Sa 14-20 Uhr (kostenfrei und anonym)

Nummer gegen Kummer für Eltern: 0800-1110550

Oder www.nummergegenkummer.de auch im Chat

Bitte bedenkt aber bei all diesen Telefonnummern: jeder, der damit Späße macht und Unsinn treibt, verhindert möglicherweise, dass ein anderer Hilfe bekommt, der diese dringend bräuchte.

Wir hoffen und beten, dass wir alle gut „durch den Sturm“ dieser Krise kommen, ihr vielleicht sogar etwas Gutes abgewinnen können, und uns gesund wieder sehen werden. Heute morgen, am 20.3., wurde europaweit in allen Radios „You’ll never walk alone“ gespielt. Daran glauben wir als Christen, das versuchen wir aber auch durch unser Tun umzusetzen. Und jeder von euch kann ebenso dazu beitragen, dass keiner alleine gehen muss. In diesem Sinne: schreibt uns und traut euch ruhig, bei uns anzurufen!

Herzliche Grüße

Ihre/eure Schulseelsorger

Johannes Münden, Stefan Brilmayer