

Telefonseelsorge am GOE

Hold the line!

Liebe Schüler*innen,
liebe Eltern,
liebe Kolleginnen und Kollegen

nun gehen wir in die 3. Woche der Schulschließung wegen des Corona-Virus.

Damit fällt aber nicht nur der Unterricht in gewohnter Form 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. Intensives Familienleben ist angesagt. Aber das bedeutet ja manchmal eher mehr als weniger Stress.

Was kann uns also beim Durchhalten helfen?

Ein Patentrezept habe ich auch nicht, aber ich möchte euch anbieten, darüber ins Gespräch zu kommen und gemeinsam auf die Suche zu gehen

- wenn euch die „Decke auf den Kopf fällt“
- wenn die Eltern und /oder Geschwister nerven
- wenn ihr Angst habt, euch anzustecken
- wenn ihr nicht wisst, wie ihr mit Freunden in Kontakt bleiben könnt, ohne euch und andere zu gefährden
- wenn es so langweilig oder schweurig wird, dass man sogar beginnt, sich nach der Schule zurückzusehnen (das ist ein wichtiges Warnzeichen ;-)
- wenn

Dazu könnt ihr mich ab sofort (auch in den Osterferien)

dienstags von 10-12 Uhr unter der Rufnummer 0175-6105399

oder einfach über **Teams** erreichen

(hierzu auf das **Telefonzeichen** am linken Rand gehen, dann auf **Kurzwahl** und oben **Simone Keller** eingeben, los geht's! Die Telefonate über Teams sind absolut privat und vertraulich, keiner kann mithören!)

Außerhalb dieser Zeit erreicht ihr mich per Mail unter keller@goethe-bensheim.de

Und wenn ihr / Sie dringend jemanden zum Reden braucht und nicht warten könnt, dann empfehle ich euch/ Ihnen diese Telefonnummern:

- der Telefonseelsorge (rund um die Uhr besetzt): 0800-1110111 oder 0800-1110222
- die Nummer gegen Kummer: 116111 (oder unter 0800-1110333) für Kinder und Jugendliche Mo-Sa 14-20 Uhr (kostenfrei und anonym)
- Nummer gegen Kummer für Eltern: 0800-1110550

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!

Ich hoffe und bete, dass wir alle gut „durch den Sturm“ dieser Krise kommen und uns gesund wieder sehen werden. Am 20.3. wurde europaweit in allen Radios „You´ll never walk alone“ gespielt. Daran glauben wir 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: traut euch ruhig, bei mir anzurufen!

Herzliche Grüße

Eure / Ihre Schulseelsorgerin **Simone Keller**