



Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium
Bergisch Gladbach



Bild mit DALL-E3 KI erzeugt

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

Tatsächlich sind wir mitten drin, in der VUCA-Welt: volatil, ungewiss, komplex und voller Ambiguität. Das, was uns gerade im gesellschaftlichen Miteinander und in der Politik um die Ohren gehauen wird, was uns verunsichert, vielleicht traurig macht, zumindest aber nicht einfach kalt lässt, zeigt die Notwendigkeit einer gut

ausgeprägten Selbstregulationskompetenz extrem deutlich.

Wie gehen wir um, mit unerwarteten Veränderungen, plötzlichen Herausforderungen, schwierigen Aufgaben? Haben wir in solchen Situationen die Möglichkeit, uns selbst zu regulieren, also „gesund“, reflektiert und mit einer Strategie mit der Situation umzugehen? Das, was wir alle politisch, medial und gesamtgesellschaftlich gerade erleben, erwartet Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene um ein Vielfaches verstärkt in deren Zukunft: noch mehr Ungewissheit, noch schnellere Veränderungen, noch mehr Herausforderungen aller Art. Was kann die Schule, was können wir am DBG dazu beitragen, damit das gut wird, damit unsere Schülerinnen und Schüler mit einer positiven Haltung, mit Mut und Zuversicht in ihre Zukunft schauen? Wie können wir sie fit machen, kompetent machen, diese schnelle Welt zu gestalten, und Verantwortung für sich selbst und andere zu übernehmen? Wie wollen wir konkret diese Fähigkeit zur Selbstregulation, die es uns ermöglicht unsere Schwächen und unsere Stärken zu kennen und gesund mit belastenden Situationen klarzukommen, in einer staatliche Schule stärken?



Unsere Kernaufgabe ist der Unterricht. Wenn jede einzelne Stunde geeignet ist, Selbstwirksamkeit zu erzeugen, anspruchsvolle Lernschritte zu ermöglichen, deutlich zu machen, dass jeder und jede Einzelne für seinen und ihren Lernprozess selbst verantwortlich ist, dann ist schon sehr viel geschafft. Dann ist „Schule“ nicht das berüchtigte Bulimie-Lernen, das rezeptartige Nachplappern und schnelle Wieder-Vergessen von unfassbar vielen Inhalten, dann findet echtes, anspruchsvolles Lernen statt, dann konkurriert Schule nicht mit der Schnelligkeit, Schnelllebigkeit und Oberflächlichkeit von TikTok oder Instagram, weil wir diesen Vergleich sowieso verlieren und eigentlich ja auch verlieren wollen. Denn im Vergleich dazu ist Schule wichtig und richtig und anstrengend und gut! Dann klappt das mit der Vorbereitung auf diese komplexe und komplizierte Welt!

Dazu starten wir im neuen Jahr durch, wir wollen ins Gespräch kommen über die Nutzung digitaler Medien in den Pausen, wir wollen eine Regelung finden, die Schule zu einem bessern, zumindest zu einem guten Ort macht:

In der Schule stärker auf das Lernen fokussieren und Entspannung ermöglichen?

Wie haben beobachtet, uns ausgetauscht und wollen „etwas wagen“ oder euch, Ihnen, uns allen „zumuten“...

Was ist der „Plan“?

● **„Handyfreie Zone – die ultimative Mutprobe!“**

Wir wissen alle, wie das ist: Man möchte nur kurz das Handy checken... und plötzlich ist eine Stunde vergangen! Daher starten wir an unserer Schule ein Experiment, das uns alle ein bisschen

herausfordert. Wir nennen es „Handy-Detox für Mutige!“ Keine Sorge, es ist nichts für immer – nur drei Monate zum Testen, was passiert, wenn wir das Handy mal nicht ständig zur Hand haben.

Unser Plan: Eine Entdeckungsreise ins analoge Leben.

Phase 1: Der **Januar** startet mit dem „handyfreien Mittwoch“ für alle – fast so etwas wie ein kleiner Entzugstag in der Woche. Mal sehen, wie sich die Welt anfühlt, wenn wir mittwochs tatsächlich den Pausenhof sehen, statt auf den Bildschirm zu starren.

Phase 2: Im **Februar** verschwindet das Handy für alle an den Langtagen aus den Fluren, dem Pausenhof, dem Treppenhaus, der Pausenhalle und allen anderen Bereichen der Schule.

Phase 3: Der **März** wird zur ultimativen Steigerung: kein Handy auf dem Schulgelände. Ja, komplett handyfreie Zone! Dafür könnten wir ja mal live und in Farbe miteinander reden... aufregend, oder?

Warum machen wir das?

Weil wir neugierig sind: Was passiert, wenn wir die Handys mal alle bewusst zur Seite legen? Kommen wir in der Pause schneller ins Gespräch? Und wie fühlt es sich an, mal ganz „oldschool“ ohne ständige Nachrichten oder Social Media auszukommen?

Das Ziel: Wir reflektieren unsere eigene Nutzung und den Sinn von Regeln. Vor der ersten und nach jeder Phase sammeln wir Feedback von Lehrer:innen, Eltern und Schüler:innen. War die handyfreie Pausenzeit eine echte Qual oder vielleicht sogar ein bisschen befreiend? Was hat sich im Schulalltag geändert – zum Guten oder zum Schlechten? Am Ende finden wir sicher eine Regelung, die zum DBG passt.

Und das Jahr 2025 wird noch einige Neuerungen und Ereignisse bringen, die bald genau erläutert, hier also nur kurz in der Vorschau angerissen werden:

● **Digital arbeiten - aber so richtig!**

Wir am DBG haben uns sehr früh auf den Weg gemacht digital zu arbeiten, das wollen wir in Zukunft noch konsequenter, sinnvoller und bereichernder machen, KI bewusst einsetzen, damit umgehen lernen, digitale Tools sinnvoll zu verwenden und einen selbstbewussten, starken Umgang mit dieser digitalen Welt erlernen. In Stufe 8 wird zu Beginn der Arbeit mit den eigenen iPads in einzelnen Fächern im nächsten Halbjahr mit zwei Lehrer:innen gearbeitet, sodass Probleme leichter erkennen und lösbar werden und das iPad als Arbeitsgerät noch besser genutzt wird. Die Einführung in das digitale Arbeiten wird neu gedacht und durchgeführt.

● **"Mentoring" in der Schule - ein Stück Neuland betreten!**

Wir überlegen, wie man Schüler:innen in der Schule enger begleiten kann, um Probleme oder aber auch besondere Begabungen schneller erkennen und besprechen zu können. Das Klassenlehrer:innen-Team kümmert sich ja im Regelfall um 30 Schüler:innen gleichzeitig. Ein Mentoring-System könnte hier ein sehr hilfreicher neuer Ansatz sein. Ist es denkbar, dass in fest vorgegebenen Abständen Gespräche zwischen Schüler:in und eine:m selbst gewählten Mentor:in - z. B. einer beliebigen Lehrer:in - geführt werden, um mit der Schüler:in gemeinsam die schulische Situation zu reflektieren? Was läuft gerade gut, wo hakt es, was kann verändert werden, was einfach so weitergehen? In regelmäßigen Abständen würden dann Schüler:innensprechstunden mit den Mentoren:innen stattfinden,... wir arbeiten daran und sehen neben einigen organisatorischen Herausforderungen viele Möglichkeiten!

● **In Zusammenhängen denken und echte Probleme lösen**

Schon für die Schüler:innen der aktuellen Stufe EF (11) werden wir in der Stufe Q2 verpflichtend die Teilnahme an einem sogenannten Projektkurs einführen. Projektkurse werden in Zukunft (also für die Schüler:innen der aktuellen Stufe 9) nach der aktuell geplanten Oberstufenreform verpflichtend eingeführt und dann sogar im Abitur als 5. Abiturfach geprüft. Wir im DBG sehen hier viele Chancen:

ein Projektkurs eröffnet die Möglichkeit über enge Fächergrenzen und einschränkende Lehrpläne hinweg alleine oder in kleineren Gruppen in größeren Zusammenhängen zu arbeiten, ein Projekt zu planen, durchzuführen, zu reflektieren und auch zu präsentieren und damit fit zu werden für die Herausforderungen der Zukunft. Wir starten damit früher, um gute Angebote zu erproben, Netzwerke zu schaffen und Erfahrungen zu machen und ja, wir sind sehr gespannt darauf und werden Sie und euch auf dem Laufenden halten.

● **Ausbau der Angebote zur Stärkung der Selbstregulation**

Um Schule zu einem guten Ort zu machen, muss eine Schule mehr bieten als nur guten Unterricht. Wer die Medien in den vergangenen Monaten verfolgt hat, weiß, dass Leistungsdruck, psychische Unsicherheit und Zukunftsängste heute Schüler:innen mehr belasten als das vielleicht früher der Fall war: unsere Angebote im Bereich, Meditation, Sport, Gesundheitserziehung, Musik, Kunst, Mental Health sind sicher ein Baustein, um psychische Stabilität zu schaffen. Wir arbeiten aktuell auch mit der LEOPOLDINA aus Berlin daran, dieses Thema noch stärker im Alltag der Schule zu verankern.

● **Mit ERASMUS+ weiter in die Ferne schweifen ...**

2024 sind wir gestartet und konnte mit dem europäischen Programm Erasmus+ mit Schüler:innen Spanien, Italien, Griechenland und Polen besuchen, gleichzeitig hier in BergischGladbach internationale Gäste empfangen. Jeder Austausch ist auch eine Herausforderung, fördert und erfordert Selbstregulation (denn die Schule, der Unterricht geht ja weiter und muss selbstständig nachgeholt werden), aber die Erfahrungen sind es wert: andere verstehen, Ungewohntes kennen lernen, die eigene „Bubble“ mal verlassen und gemeinsam an Projekten für eine bessere Zukunft arbeiten - ein Paradebeispiel für unsere Ziele.

● **Das Herausforderungsprojekt - die eigene Komfortzone verlassen und schauen, was man so kann...**

Im Jahr 2025 geht es für die Schüler:innen der aktuellen Stufe 9 los: „Herausforderung - einfach machen!“ Dieses großartige Projekt, das Selbstwirksamkeit, echtes Erleben, Teamgeist, Scheitern lernen, Gewinnen lernen, über sich hinauswachsen und noch ganz viel mehr beinhaltet, steht in den Startlöchern, wir suchen noch Begleiter:innen für die Gruppen, die Lehrer:innen sind bereits ausgebildet worden, die Eltern wurden informiert. Die Spannung steigt und auch hier werden wir alle rechtzeitig informieren. (www.dbg-herausforderung.de)

Wenn man sich das alles so anschaut, kann 2025 gerne kommen und vielleicht relativieren sich die etwas trüben Eindrücke, die wir zu Beginn dieses Briefes beschrieben haben ja dann - wir freuen uns sehr, auf das neue Jahr am DBG und wünschen Ihnen und euch allen jetzt zunächst einmal tolle erholsame Ferien, schöne Weihnachtstage und ein herausforderndes, gesundes, zufriedenes und auch aufregendes Jahr 2025.

Viele Grüße
Frank Bäcker und Sandra Altwicker