

Liebe Eltern,

nun haben wir es schon fast geschafft, ich meine, am **Freitag** ist bei uns schon der **letzte Schultag** vor den Weihnachtsferien. Wir hatten uns ja in der langfristigen Schuljahresplanung entschieden, diese Ferien auf zwei Wochen auszudehnen, weil wir aus Erfahrung wissen, dass die Kinder und auch wir Lehrer diese Zeit zur Erholung benötigen.

Die **12. Klasse** hat kürzlich ihre Jahresarbeiten präsentiert. Die Schüler waren bestimmt froh und erleichtert, als sie es geschafft hatten, denn sie haben in diesem Schuljahr noch eine ganze Reihe von Bewährungssituationen zu meistern: Das Klassenspiel, der Eurythmieabschluss und schließlich die Prüfungen. Im 12. Schuljahr beginnt immer so eine Art Countdown und man muss das Jahr wirklich gut planen, um alles rechtzeitig zu schaffen. Manche Schüler, denen es schwer fällt, sich selbst zu organisieren, neigen dazu, die Sachen irgendwie abzuarbeiten und abzuhaken. Das mochte vielleicht dazu geführt haben, dass diesmal nicht alle Arbeiten die Erwartungen ganz erfüllen konnten, wie im Konferenzbericht zu hören war. Die nachfolgenden Klassen und ihre Lehrer werden sicherlich weiter darüber beraten, wo Prioritäten gesetzt werden sollten. Am 15. und 16. Januar wird die **8. Klasse ihre Jahresarbeiten zeigen**.

Der gestrige Vortragsabend mit Herrn Buermann war noch einmal sehr erfolgreich. Etwa 50 Zuhörer hatten sich auf den Weg gemacht und wurden hoffentlich nicht enttäuscht...

Einen schönen vierten Advent und frohe Weihnachten!

Ihr Jens-Olaf Bodemann

„mini decki“: Das ist Schweizer-Deutsch und bedeutet: meine Decke! - Seit einiger Zeit engagiere ich mich in einem Projekt ([www.minidecki.de](http://www.minidecki.de)), welches Flüchtlinge unterstützt, indem ein Kreis von Freiwilligen bunte, kuschelige Decken näht und diese an die Kinder verschenkt. **„Jedes Kind braucht eine eigene Decke, die wärmt, schützt und ein Zuhause gibt auf einer langen, unsicheren Reise. ...“** in diesem Sinne ist es vielleicht ein kleiner, dennoch sehr konkreter Beitrag, eine unerträgliche Lage etwas erträglicher zu machen. Dieses Projekt speist sich bislang ausschließlich aus Spenden (Ikea-Inlets „Myskgräs“, unbenutzte, ungeliebte oder sonstige übrige Bettwäsche, große Stoffe, Stoffreste, die bei 60 Grad waschbar sind). Möglicherweise gibt es in Ihren Haushalten, bei Familie oder Freunden noch eben solche Stoffe oder Sie hatten ohnehin vor, demnächst einen Einkauf bei Ikea zu machen und könnten sich vorstellen, noch ein, zwei Inlets mitzubringen (à 2,99 €) das wäre wunderbar! Sie können diese Spenden gern zur Saalbahnhofstr. 9, Büro für Migration und Integration, bringen oder auch im Schulhort abgeben, ich nehme sie dann mit zu den nächsten Nähtreffen! (Rückfragen per E-mail: [h.hebestreit@web.de](mailto:h.hebestreit@web.de)) Vielen Dank und herzliche Grüße!

Heike Hebestreit

**Notfallpädagogik und Trauma-Therapie** (Bericht zum Schulpost-Thema der letzten Woche): Die Notfallpädagogik, erzählte uns **Herr Ruf**, ziele speziell auf die unmittelbare Hilfe direkt nach dem traumatischen Erlebnis. Mit dem schnellen Eingreifen sollen die körpereigenen Regenerationskräfte, die ein jeder Mensch besitzt, gestärkt und damit eine selbstständige Heilung der seelischen Wunde ermöglicht werden. Es sei hier ganz kurz erklärt, wie das gemeint ist. Alle möglichen Ereignisse können unter bestimmten Umständen ein Trauma auslösen. In der Regel sind es Situationen bzw. Momente, die den betroffenen Menschen in eine Art Schockstarre versetzen (Freezing), mit der er selbst nicht umzugehen weiß. Traumata lassen sich in vier Phasen unterteilen:

1. Der eigentliche Schockmoment: das Erlebnis (z. B. ein Autounfall, Naturkatastrophen, etc.). Diese Phase dauert meist nur kurz, vielleicht ein paar Stunden oder Tage.
2. Die Reaktionsphase: Zwar reagiert jeder Mensch anders, doch lassen sich bestimmte Verhaltensmuster und Symptome erkennen, wie etwa Aufmerksamkeits- und Schlafstörungen usw. Diese Phase kann eine bis sechs Wochen andauern. Wenn der Betroffene in dieser Zeit keine Hilfe erfährt, kann er erkranken.
3. Die Krankheit: Das Trauma wirkt sich psychisch, körperlich oder psycho-somatisch aus, wobei der Ursachenzusammenhang nicht mehr ohne Weiteres zu erkennen ist. Es können Kopf- oder Rückenschmerzen sein oder ganz andere Symptome. Diese Phase kann sich über Jahre hinziehen.
4. Die Persönlichkeitsveränderungen: In der letzten Phase ist es am schwierigsten ein Trauma zu behandeln, denn nun hat sich das Trauma schon sehr tief in dem Menschen verwoben und lässt sich nicht mehr lösen. Die Persönlichkeit verändert sich und verfällt zusehends.

Die therapeutische Hilfe muss so früh wie möglich, innerhalb der ersten sechs Wochen einsetzen. Man versucht dem betroffenen Menschen die nötige Stütze bzw. Lockerung zu geben, um aus der Schockstarre herauszukommen und das Trauma zu überwinden.

Ich fand den Vortrag sehr interessant und würde gern noch mehr darüber erfahren. Für mich war bemerkenswert, dass die Möglichkeit, ein Trauma selbstständig zu überwinden, ganz unterschiedlich sein kann. Bei Naturkatastrophen ist es z. B. anders als bei Kriegsschäden oder bei Beziehungstragödien. Jessica Ohle

Präsentation der Jahresarbeiten der 8. Klasse am 15. und 16. Januar 2016

Freitag:

17.00- 18.00 Uhr	
1.	Mäuseschreck
2.	Solartrockner
3.	Insektenhotel
4.	Kräutermond

### Pause

18.00- 18.30 Uhr	
4.	Das schönste Stück vom Bodetal (Modell)
5.	Voltigieren
6.	Bau eines Wikingerstuhles

Samstag:

9.00 - 10.30 Uhr	
7.	Veganes Leben (Ein Kochbuch)
8.	Bau einer Wikingerbank
9.	Taek-won-do
10.	Torten
11.	Nachstellung optischer Täuschungen

### Pause

11.30 - 12.45 Uhr	
12.	Damenkleider im Wandel der Zeiten
13.	Heißluftballon
14.	Restauration einer Geige
15.	Plastik
16.	Kameraperspektiven (mit Filmvorführung)

**Termine:** Wenn nicht anders angegeben, beginnen die Abendveranstaltungen um 20.00 Uhr

Do	17.12.15	17.00 Uhr: <b>Das Oberuferer Christgeburt- Spiel</b>
Fr	18.12.15	ca. 8.15 Uhr: Schüleraufführung des Christgeburt-Spiels
Mo	21.12.15	Beginn der <b>Weihnachtsferien</b> (vom Thüringer Ferienplan abweichend - auch Hort geschlossen)
Sa/So	9./10. Jan.	Markuskirche Schaefferstraße: <b>Oberuferer Dreikönigspiel</b>
Mi	13.01.16	Elternrat
Fr/Sa	15./16. Jan.	Präsentation der <b>Jahresarbeiten der 8. Klasse</b>
Mi	20.01.16	<b>3. Informationsabend</b> zu den Themen Oberstufe, Schulstruktur und Schulbeiträge
Do	28.01.16	Elternsprechttag