

Tag X nach Corona...

Name: _____

Heute ist dein erster Schultag bzw. der Beginn der ersten Blockwoche nach einem abrupten Ende des Unterrichtsbetriebs durch das Virus. Grund einmal nachzufragen, wie du diese Wochen erlebt hast. Kreuze an:



PRIVAT

	Ja	Nein
Ich habe mich in den letzten Wochen gut gefühlt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich bin selbst von Covid-19 betroffen gewesen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ein Familienmitglied oder ein*e Freund*in ist/war von Covid-19 betroffen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich hatte Angst krank zu werden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Durch soziale Netzwerke konnte ich gut mit Freund*innen Kontakt halten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich habe meine Freunde*innen vermisst.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich habe mich zu Hause einsam gefühlt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich hatte in dieser Zeit viele schöne Momente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich habe mich in meiner Freiheit extrem eingeschränkt gefühlt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Am Wochenende wusste ich nicht, was ich machen soll.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich konnte die Zeit gut nutzen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich hatte Personen, mit denen ich über meine Probleme reden konnte.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ARBEIT

Ich konnte gut zu Hause arbeiten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich musste im Betrieb arbeiten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich habe mich überfordert gefühlt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich war mit den Kolleg*innen gut vernetzt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

SCHULE

Ich habe die Zeit bzw. den Unterricht in der Schule vermisst.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich war froh, nicht in die Schule zu müssen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mit dem Unterrichtsmaterial bin ich gut zurechtgekommen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich konnte bei Problemen die Lehrkräfte fragen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Für meine Zukunft stelle ich fest:

So hat sich während dieser Zeit mein (Arbeits-)Alltag verändert:

Diese neuen Dinge habe ich dabei für mich entdeckt:

Darauf habe ich mich in dieser Zeit am meisten konzentriert:

Das ist mir besonders wichtig geworden:

Das hat mir am meisten gefehlt:

Diese Dinge schätze ich durch die Quarantäne inzwischen mehr wert:

Das hat mir in den letzten Wochen geholfen:

Das hat sich in meinem Leben/Umfeld verändert:

Dafür wünsche ich mir die Zeit vor Corona zurück:

Folgendes möchte ich in Zukunft verstärkt beachten:

Das will ich in Zukunft beibehalten:
