

De. Piwitsch

SPEZIAL-SCHOULFOIRE



**Alles, was ihr
über den Wechsel
ins Lycée wissen
müsst**



**Immer mit
der Ruhe!**

S.4



Poster:

Alle Lycées in
Luxemburg
auf einen Blick

S.6



Comic:

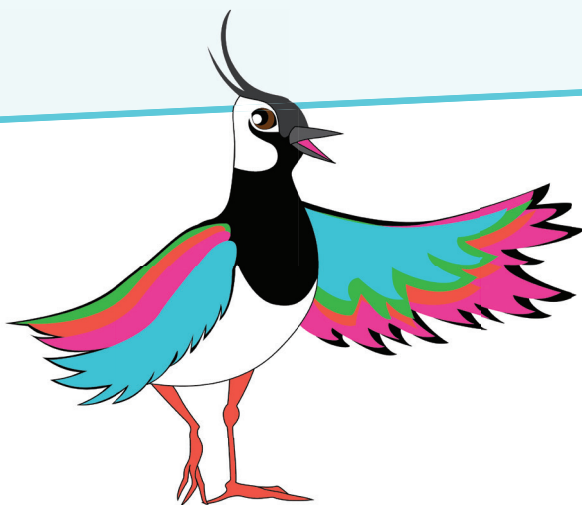


S.10

Tims erster Tag im Lycée

Dat ass dran

- 3** **Der erste Schultag im Lycée:
Alle sind aufgeregt!**
Interview mit einer Klassenlehrerin
- 4** **Immer mit der Ruhe!**
Interview mit Siebtklässlerinnen
und Siebtklässlern
- 6** **Karte: Alle Lycées Luxemburgs
auf einen Blick**
- 8** **Statt Angst vor der Schule:
Selbstbewusst ins
Klassenzimmer**
Interview mit einer Psychologin
- 10** **Comic: Tims erster Tag
im Lycée**
- 12** **Piwitsch-Newsletter**



Eng Publikatioun vum
MENJE/SCRIPT
L-2926 Lëtzebuerg
Kontakt: info@piwitsch.lu

Keine Angst vor dem Lycée!

Wenn du eine Klasse des C4 besuchst, hast du die größte Aufregung schon hinter dir: Die *épreuves communes* sind abgeschlossen. Jetzt stehen noch die Gespräche zwischen Eltern und Lehrer oder Lehrerin an.

Nach diesen Gesprächen ist endlich klar, in welche Schule du ab September gehen wirst. Bei der Auswahl des Lycée musst du eine Entscheidung treffen, die deinen Schulalltag bestimmen wird: Wählst du das so genannte *lycée de proximité*, sparst du morgens Zeit. Wenn du ein anderes Lycée besuchen willst, klingelt dein Wecker morgens womöglich etwas früher, falls der Schulweg dadurch länger ist.

Ganz gleich, wie du dich entscheidest, einige Dinge werden ab dem nächsten Schulbeginn anders sein. Kein Grund zur Aufregung! Welche Änderungen auf dich zukommen, wie du dich gut vorbereiten kannst und wo du Antworten auf mögliche Fragen bekommst, haben wir in dieser „Spezial Schouloire“-Ausgabe des *Piwitsch* zusammengetragen. In der Mitte des Hefts findest du eine praktische Grafik mit sämtlichen Lycées des Landes.

Natürlich ist es normal, beim Wechsel in eine neue, dir unbekannte Schule ein wenig nervös zu sein. Angst brauchst du aber nicht zu haben. Dieses *Piwitsch*-Spezial gibt dir nützliche Tipps für einen gelungenen Schulstart. Eins bereits vorweg: Allein bist du nicht!

Dein *Piwitsch*-Team wünscht viel Spaß beim Lesen!



Foto: Shutterstock/Monkey Business Images

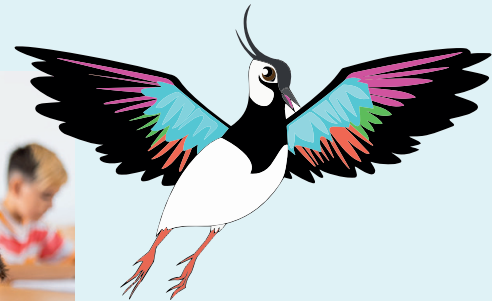
Der erste Schultag im Lycée

Alle sind aufgereggt!



Der Schultag lässt nicht lange auf sich warten: Bald ist die Anfangsnervosität verschwunden.

Foto: Shutterstock/BearFotos



P.: Was ist im Gymnasium plötzlich anders?

AP: Allgemein gilt: Die Kinder sollten sich keinen Druck machen. Generell dauert es bis zu den Herbstferien, also sechs Wochen, bis die Neankömmlinge einen Überblick haben. Das geht allen so. Und auch die Klasse wächst nach und nach zusammen, weil die Kinder sich nach wenigen Wochen schon viel besser kennen. Viele Kinder haben mit dem Schulwechsel einen deutlich längeren Schulweg als vorher in der Grundschule. Bereits im Vorfeld können sie sich mit ihren Eltern über die Internetseite mobiliteit.lu über die Schulbusse informieren. Diese fahren in den Ferien nicht, aber es lohnt sich, sich den Schulweg schon einmal im Vorfeld anzusehen. Das gibt Sicherheit und Vertrauen für den ersten Schultag. Außerdem ist es ratsam, sich bereits am Ende der Ferien an den neuen Rhythmus zu gewöhnen. Jeden Tag etwas früher aufzustehen hilft dabei, die ersten Wochen leichter aus dem Bett zu kommen.

P.: Haben Sie einen letzten Tipp für den Anfang in der neuen Schule?

AP: Bei Fragen sollen die Kinder nicht zögern, den Régent oder die Régente (Klassenlehrer oder Klassenlehrerin) anzusprechen. Die sind über Teams leicht zu erreichen und helfen immer gern weiter!

*Der Name wurde von der Redaktion geändert.

Der erste Schultag im Lycée ist für alle aufregend, selbst für das Lehrpersonal! Anja Probst* aus dem Lycée des Arts et Métiers war schon oft Klassenlehrerin auf der siebten Klasse („Septième“). Sie hat dem Piwitsch erzählt, wie sie den Schulstart erlebt und was die Kinder am ersten Tag alles erwartet. Eins betont sie gleich am Anfang: Angst zu haben braucht niemand!

De Piwitsch: Schlafen Sie gut in der Nacht vor dem Schulbeginn?

Anja Probst: Nein, überhaupt nicht! Lustigerweise frage ich die Kinder am ersten Tag immer, ob sie gut geschlafen haben. Die meisten antworten, sie hätten kein Auge zugemacht. Wenn ich ihnen erzähle, dass auch ich nicht geschlafen habe, beruhigt sie das schon sehr.

P.: Was erwartet die Schüler und Schülerinnen am ersten Tag in der Schule?

AP: Zunächst sind sie am ersten Tag allein im Gebäude. Die restlichen

Klassen starten einen Tag später. Die so geschaffene Ruhe hilft dabei, sich leichter zu orientieren. Die Neankömmlinge werden vom Klassenlehrer oder der Klassenlehrerin empfangen und bekommen allgemeine Informationen zur Schule, dem Stundenplan, der Kantine und dem Schulausweis. Keine Panik: Das muss man sich nicht alles sofort merken. In den ersten Wochen geht es vor allem darum, in der Schule anzukommen und ein Gefühl für die neue Umgebung zu entwickeln.

P.: Haben Sie am ersten Tag schon Pannen erlebt?

AP: Wir bereiten alles im Detail vor, damit so wenig wie möglich schiefgeht. Nur einmal saß ein Schüler aus einer anderen Klasse bei mir im Raum. Das ließ sich zum Glück schnell klären! Häufig sind die Jugendlichen und Eltern so aufgereggt, dass sie am ersten Tag bereits um 7 Uhr in der Schule sind. Das legt sich aber ganz schnell wieder. Die Lehrenden haben viel Erfahrung im Umgang mit den Neankömmlingen und geben sich sehr viel Mühe, die Jugendlichen gut zu empfangen.

Zum ersten Mal im Lycée Immer mit der Ruhe!

Wie sechs Schülerinnen und Schüler ihre ersten Tage als Neulinge im Lycée Technique des Arts et Métiers erlebt haben

Der Schulstart im Herbst ist für alle Schülerinnen und Schüler ein besonderer Tag. Für tausende unter ihnen ist der nächste Schulbeginn aber aufregender als ohnehin schon. Jedes Jahr ist es das gleiche Ritual: Am 15. September erobern die „Septis“ ihr neues Revier! So nennen traditionell die älteren Schülerinnen und Schüler die „Neuen“ im Lycée. Waren die Siebtklässler und Siebtklässlerinnen, also die Schüler und Schülerinnen einer Septième-Klasse, vor den Sommerferien noch die Ältesten in ihrer Schule, so sind sie nach den Sommerferien bei ihrem Antritt im Lycée plötzlich die Jüngsten.

Für manche ist der Anfang dieses neuen Lebensabschnitts mit Stress verbunden. Das hat uns die Psychologin Lynn Reis bestätigt. Mehr zu den verschiedenen Ängsten und Fragen liest du auf Seite 8. Auch für Matilde, Yasmine, Adriano, Mic, Tan und Ali war der neue Abschnitt mit vielen Fragen verbunden. Die sechs Schülerinnen und Schüler besuchen das Lycée Technique des Arts et Métiers (LTAM) in Dommeldingen. Sie haben den Anfangsstress schon hinter sich, denn alle sind seit September 2023 Teil der Klasse 7G5 des LTAM. Im Interview erzählen sie dem *Piwitsch*, wie sie die erste Zeit in ihrer neuen Umgebung erlebt und wie sie sich als die „Kleinen“ unter den „Großen“



Ali, Tan, Matilde, Adriano, Yasmine und Mic (v.l.n.r.) besuchen die Klasse 7G5 im LTAM in Dommeldingen.

Foto: SCRIPT

zurechtgefunden haben. Vorweg: Heute fühlen sich alle an der neuen Schule richtig wohl.

Matilde kommt aus Steinsel, wohnt also nicht weit von Dommeldingen entfernt. Weniger als die Entfernung machte ihr die Einsamkeit Sorgen. „Ich war am ersten Schultag ziemlich gestresst“, erinnert sie sich. „Ich fühlte mich allein und hatte echt Angst, keine Freunde zu finden.“ Aus ihrer ehemaligen sechsten Klasse war nämlich sonst niemand am LTAM. „Anfangs haben wir uns alle irgendwie komisch angeschaut und niemand hat sich getraut, mit den andern zu reden“, sagt sie. „Das ging aber nicht lange so; schnell bin ich mit Kelly ins Gespräch gekommen. Seither sind wir Freundinnen.“

Adriano wollte eigentlich ans Lycée Ermesinde. Dort wurde er aber leider nicht angenommen, und weil er in Bissen lebt, belastet ihn der weite Weg zur neuen Schule. „Ich muss nun viel früher aufstehen als die meisten anderen an der Schule“, sagt er und verdreht genervt die Augen. Dazu kam am ersten Schultag der Stress: „Ich hatte echt Bammel, den Mund aufzumachen und mit meinen neuen Klassenkameraden zu reden.“ Langsam, aber sicher wagten er und seine neuen Klassenkameraden und -kameradinnen die ersten Annäherungsversuche. Schnell war klar: Fast allen ging es am ersten Schultag so wie ihm.

Wir haben unsere Testgruppe gefragt, welche Neuerungen ihnen besonders aufgefallen sind. „Die Kantine!“, meldet sich Mic aus der Runde. „Das war etwas ganz Neues.“ Vorbei die Zeiten, in denen man sich zu Hause oder in der „Maison relais“ an den Mittagstisch setzen konnte; jetzt müssen alle selbst zusehen, wie sie den knurrenden Magen zum Schweigen bringen.

Aber auch hier hat die Schule vorgesorgt. Am ersten Tag versammeln sich die „Neuen“ in der „Salle polyvalente“ der Schule. Dort lernen sie zuallererst ihre Klassenlehrerin oder ihren Klassenlehrer („Régente“ oder „Régent“) kennen. Die bleiben das ganze Jahr über die Ansprechperson Nummer eins und sind immer für jedes Kind ansprechbar. In versammelter Runde gibt es die ersten Infos zum Stundenplan, zum Schulausweis und eben auch zur Kantine.

„Und das erste Essen war sogar umsonst!“, lobt Tan. „Das war voll cool.“ So findet das erste Mittagessen in der Schule zusammen mit den neuen Bekanntschaften statt. Eine perfekte Gelegenheit, erste Kontakte zu knüpfen! „Das war für mich das Wichtigste“, erinnert sich Yasmine, „nicht lange allein in einer Ecke zu sitzen und Trübsal zu blasen.“ Auch sie hat schnell neue Freundinnen und Freunde gefunden.

Ali hebt eine weitere Neuerung hervor: „Früher in der Grundschule hatten wir nur einen Lehrer oder eine Lehrerin, hier haben wir plötzlich viele. Das ist schon gewöhnungsbedürftig und anfangs etwas verwirrend.“ Doch auch hier braucht man sich keine Sorgen zu machen. Die Schulleitung ist sich all dieser Veränderungen bewusst. Deshalb rechnet man bei der Eingewöhnungsphase nicht in Tagen, sondern eher in Wochen.

Adriano bringt es am Ende unseres Gesprächs auf den Punkt. Er gibt den nächsten „Septis“ einen guten Rat mit auf den Weg: „Man soll nicht zu viel nachdenken und alles ganz chill angehen, ... denn so krass anders ist es nun auch wieder nicht. Einfach mit dem Flow mitgehen und alles wird gut, denn am Ende geht es allen gleich.“



MATILDE



MIC



YASMINE



ALI



TAN



ADRIANO

Fotos: SCRIPT

Lycées au Luxembourg

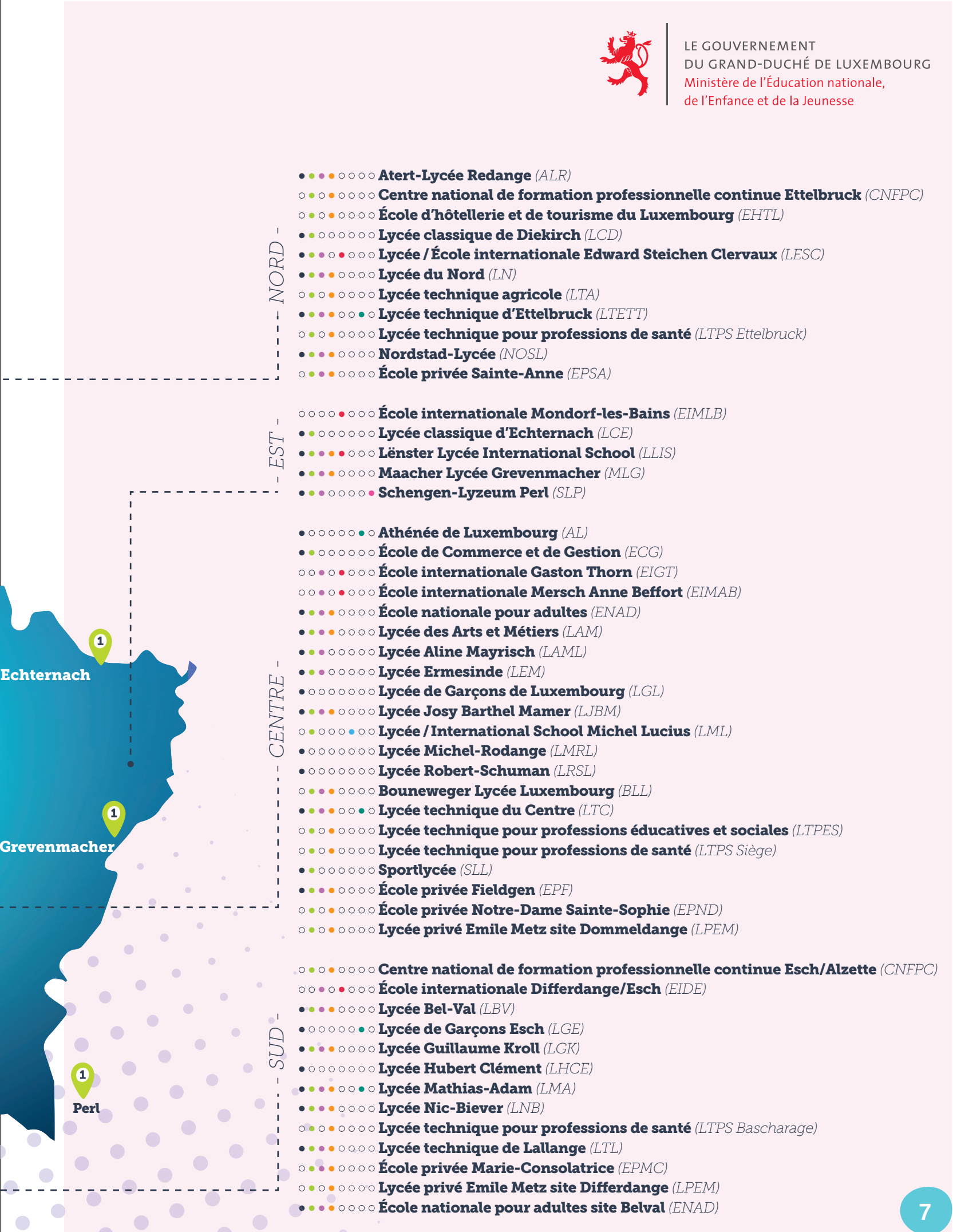
- Enseignement secondaire classique
- Enseignement secondaire général
- Voie de préparation (enseignement secondaire général)
- Formation professionnelle
- Enseignement européen
- Enseignement secondaire international anglophone (Cambridge)
- Enseignement international (Bac international)
- Enseignement germano-luxembourgeois



 **MAISON DE L'ORIENTATION**

Deng Schoul. Däi Beruff. Deng Zukunft.

mengschoul.lu



Statt Angst vor der Schule: Selbstbewusst ins Klassenzimmer



Lynn Reis ist Psychologin und kennt die Sorgen der Schüler und Schülerinnen sehr gut.

Foto: SCRIPT

Die „*épreuves communes*“ im Cycle 4.2 sind geschafft. Dir bleiben damit nur noch wenige Wochen in der Grundschule. Nach dem Sommer heißt es: **Ab in die „große Schule“!** Zwischen Neugierde und Vorfreude mischen sich vielleicht auch etwas Angst und Ungewissheit. Das ist aber völlig normal. Wir haben mit der Psychologin und Psychotherapeutin des CePAS, Lynn Reis, über das „Abenteuer Lycée“ gesprochen. Sie hat uns ein paar hilfreiche Tipps für dich mit auf den Weg gegeben.

De Piwitsch: Warum ist es völlig normal, Angst vor der „großen Schule“ zu haben?

Lynn Reis: Zunächst ist es wichtig zu betonen, dass kein Kind mit dieser Angst alleine dasteht. So geht es sehr vielen Schülerinnen und Schülern. Und nicht nur ihnen. Neue und unbekannte Situationen verunsichern uns auch im Erwachsenenalter noch. Der Wechsel von der Grundschule ins Lycée ist ein einschneidendes Erlebnis und mit vielen Fragen verbunden.

Zudem stellt die neue Schule nicht nur für die Kinder alles auf den Kopf. Auch die Eltern müssen ihren Alltag neu organisieren.

P.: Mit welchen Ängsten haben die Schüler und Schülerinnen zu kämpfen?

LR: Sie empfinden nicht ausschließlich Angst. An erster Stelle stehen meist Freude und Neugierde. Manchmal kommen aber eben Unsicherheit oder Angst hinzu, und das ist völlig nachvollziehbar. Das Lycée ist eine neue Umgebung. Es erwarten sie ein viel größeres Schulgebäude, in dem sie sich noch zurechtfinden müssen, andere Lehrende, unbekannte Mitschüler und Mitschülerinnen. Auch die Schulfächer verändern sich mitunter und plötzlich wird mittags nicht mehr zu Hause gegessen, sondern in einer Kantine. Das ist ganz schön viel Veränderung auf einen Schlag. Die Kinder kämpfen mit den eigenen

Anforderungen und stellen sich viele Fragen. Werde ich das hinbekommen? Finde ich mich zurecht? Finde ich Anschluss in der Klasse?

P.: Welche ist die größte Unsicherheit?

LR: Für die Kinder stehen neben den schulischen Fragen auch die Freundschaften im Vordergrund. Einerseits fragen sie sich, ob sie ihre Kontakte aus der Grundschule aufrechterhalten können. Andererseits besteht eine große Angst, ob sie gleich am Anfang Anschluss finden und neue Kontakte knüpfen werden. Dabei darf man nicht vergessen, dass ins Lycée Kinder aus ganz vielen unterschiedlichen Schulen kommen. Die Klasse muss also erst zusammenfinden.

P.: Warum haben die Kinder diese Ängste?

LR: Die mittlerweile 11- oder 12-Jährigen befinden sich in der Vorpubertät. Sie werden selbstständiger und übernehmen mehr Verantwortung. Aber auch körperlich verändert sich viel. Der Wechsel in eine andere Schule ist eine zusätzliche Herausforderung in einer ohnehin schon turbulenten Phase. Deshalb ist es so wichtig, junge Menschen auf diese Veränderung vorzubereiten und sie auf ihrem Weg zu begleiten.

P.: Wie können sich die Schüler und Schülerinnen auf das neue Umfeld vorbereiten?

LR: Kommunikation ist ganz wichtig - sowohl innerhalb der Familie als auch in der Klasse mit der Lehrperson und den anderen Kindern. Die Sorgen und Unsicherheiten sind oft ähnlich; der Austausch kann viele Fragen beantworten und Druck abbauen. Auch bei der Auswahl der neuen Schule sollten die Kinder mitreden können. Wird ihre Stimme gehört, stärkt das die Selbstbestimmtheit, führt zu einer positiveren Einstellung gegenüber der Schule und somit auch zu mehr Eigenmotivation.

Das **Angebot der unterschiedlichen Schulen** ist mittlerweile sehr breit aufgestellt. Es lohnt sich daher, genauer hinzusehen, welche Schule passen könnte. Die „YEP – Schoulfoire“ kann dabei helfen, aber auch die Tage der offenen Tür in den verschiedenen Lycées („portes ouvertes“). Die Schülerinnen und Schüler können sich die Schulen ansehen, Lehrende treffen, Klassenräume und Kantine auskundschaften. Die Kinder bekommen so ein Gefühl für die Schule, und das nimmt wiederum ein Stück weit die Angst. Ist die Entscheidung für eine Schule gefallen, hilft es auch, vorab den neuen Schulweg gemeinsam mit den Eltern auszuprobieren. Wissen die Kinder am ersten Tag, wie es geht, ist das stressfreier für sie. Vielleicht gehen andere Kinder aus dem Ort in dieselbe Schule. Es lohnt sich, sich abzusprechen, um am ersten Tag vielleicht gemeinsam zur Schule zu fahren.

Für manche Kinder bleibt der Wechsel in die „große Schule“ dennoch eine große Hürde. Aus diesem Grund werden in den Sommerferien im **CePAS Workshops** angeboten, um den Kindern einen möglichst stressfreien Start ins neue Schuljahr zu ermöglichen.

P.: Der Start in der neuen Schule ist geschafft. Dennoch läuft nicht alles rund. Was können die Kinder tun?

LR: Es ist wichtig, sich nicht selbst unter Druck zu setzen und sich Zeit zu lassen, in der neuen Umgebung anzukommen. Die Kinder sollten trotzdem nicht zögern und sich lieber früher als später Hilfe holen. In den Schulen gibt es Dienste, die die Kinder durch die Lycée-Zeit begleiten. Ganz wichtig: Man sollte nicht warten, bis man vor einem unlösbaren Problem steht. Auch bei kleineren Schwierigkeiten oder Fragen können sich die Schülerinnen und Schüler an diese Dienste wenden. Auch der „Régent“ oder die „Régente“ sind wichtige Ansprechpartner. Sie helfen den Kindern jederzeit gern.

Angebot vom
CePAS:



De Piwitsch hat sich mit einigen Schülerinnen und Schülern einer 7ième aus dem Lycée des Arts et Métiers in Dommeldingen unterhalten. Wir haben mit ihnen über ihre anfänglichen Ängste gesprochen und herausgefunden, dass am Ende alles gut gelaufen ist. Lies dazu den Artikel auf Seite 4.

Neben den Angeboten in den Schulen gibt es außerhalb der Schule das Beratungsteam (CCJF) vom CePAS in Luxemburg-Stadt und in Ettelbrück. Dazu zählen sowohl psychologische und psychotherapeutische Begleitung für Jugendliche und ihre Familien, als auch Gruppenaktivitäten.



Foto: Shutterstock/ZouZou



DER ERSTE TAG IN DER GROßEN SCHULE:
ES LÄUFT NICHT ALLES RUND!

MIST! DEN BUS HAB' ICH
SCHON VERPASST ...



DESHALB KOMM'
ICH ZU SPÄT ...

BEEIL DICH,
DIE ANDERN SIND
LÄNGST IN IHREN
KLASSEN!



HIER BIN ICH
BESTIMMT RICHTIG!



WER BIST DU DENN?
HIER BIST DU FALSCH!

... UND LANDE AUCH
NOCH IM FALSCHEN
KLASSENZIMMER!



HEUTE GEHT
ECHT ALLES
SCHIEF!



HIER KENN' ICH NIEMANDEN ...



AAAAHH!

HEY! PASS
DOCH AUF!



OJE, ES TUT
MIR SO LEID!

HAST DU KEINE
AUGEN IM KOPF?!



HEY! SEHT MAL! DER DA HAT NOCH SEINEN SCHLAFANZUG AN!



OMG! WIE PEINLICH!

HAHA!

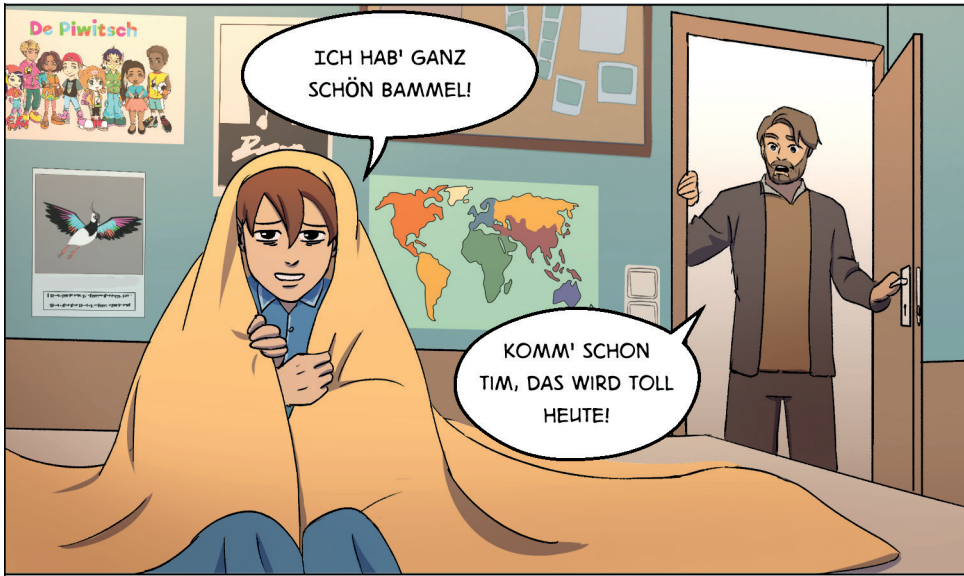
HAHAHA!

AHAHAHA!



ABER ZUM GLÜCK WAR DAS ALLES NUR EIN TRAUM!

AHH!



ICH HAB' GANZ SCHÖN BAMMEL!

KOMM' SCHON TIM, DAS WIRD TOLL HEUTE!



AM ERSTEN TAG IST NIEMAND ALLEIN.

WIR FREUEN UNS, DASS IHR ALLE DA SEID.

EURE KLASSENLEHRER ODER KLASSENLEHRERINNEN GEHEN JETZT MIT EUCH IN EURE KLASSE!



KLASSE A7.

DEINE KLASSENLEHRERIN WIRKT ECHT NETT.



ALLES, WAS WIR WISSEN MÜSSEN, ERKLÄRT UNS DIE KLASSENLEHRERIN.

HIER HABT IHR EUREN STUNDENPLAN FÜR DIESES JAHR.



DIE STUNDEN GEHEN SCHNELLER VORBEI ALS GEDACHT ...

KOMMST DU NACHHER MIT IN DIE KANTINE?

KLARO!



WARUM HABE ICH MIR EIGENTLICH SO VIELE SORGEN GEMACHT?

WAR JA TOTAL EASY!

Ein Comic von Cynthia Schmitz

De Piwitsch

ZWITSCHERT NOCH MEHR



WAS KOMMT DA NEUES ANGEFLATTERT?

Noch mehr News gefällig?! Kein Problem!

De Piwitsch wird dich in Zukunft auch online mit Neuigkeiten versorgen.

Noch brauchst du ein wenig Geduld, bis wir startklar sind. In Zwischenzeit ist die Anmeldung für den Newsletter aber schon möglich. Damit bleibst du ganz sicher informiert.

Auf www.piwitsch.lu/newsletter kannst du dich einschreiben.

Dieser QR-Code führt dich ebenfalls zur Einschreibung.

Wir freuen uns auf noch mehr *De Piwitsch*!
Du hoffentlich auch!

