

# Dauerhaft Ruhe herstellen

**Beitrag von „Quittengelee“ vom 5. November 2025 14:36**

Mehr Arbeit für die Klassen? Sobald du dich umdrehst, um mit dem Schreiben anzufangen, müssen alle [abschreiben](#).

Beim Austeilen/Methodenwechsel halt das, was in der Grundschule auch funktioniert: strukturieren. "Zuerst geht die Fensterreihe leise nach vorne und holt die Triangeln" Oder sofort innehalten, wenn es beim Austeilen lauter wird, warten, dann erst weiter austeilen. Zeit ggf. hinten anhängen.

Und ein bisschen Unruhe im Nebenfach nach 12 Uhr finde ich ehrlich gesagt normal. Edit: und durchaus anstrengend, ich fühle mit dir.