



Handlungsvorschläge für Eltern und Erziehungsberechtigte während der Schulschliessung

Oberdiessbach, im März 2020

Liebe Eltern und Erziehungsberechtigte

Krisen sind herausfordernd und tragen immer auch Chancen in sich. Das sagt sich so leicht, es ist aber nicht immer einfach, diese Chancen wahrzunehmen und in die Tat umzusetzen. Gerade dann nicht, wenn wir selber mit Arbeit und Sorgen mit der unvorhergesehenen Situation herausgefordert sind.

Dennoch ist es so, dass sich in jeder Situation auch Chancen und Entwicklungsmöglichkeiten finden lassen. Kinder sind darauf angewiesen, dass ihnen die Erwachsenen diesbezüglich etwas zutrauen, sie durch die Krise hindurch begleiten und zuversichtlich sind.

Hilfreiche Möglichkeiten für den Umgang in schwierigen Zeiten:

- ❖ Beziehen Sie Ihre Kinder bei der Lösungsfindung in ihrem Lebensalltag mit ein. Machen sie z.B. jeden Tag einmal, wenn alle Familienmitglieder beisammen sind, einen «Familienrat». Besprechen sie dort Ihre Befindlichkeiten (Ängste, Frustrationen, schöne Erlebnisse usw.), welche Arbeiten an diesem oder am nächsten Tag Zuhause erledigt werden müssen und wer welche Arbeit (kochen, putzen, Telefon mit Grosseltern, Tiere versorgen usw.) übernimmt.
- ❖ Sorgen Sie für Struktur und geregelte Abläufe im Alltag: Aufstehzeiten, Arbeitszeiten für die Kinder am Schulstoff, gemeinsame Essenszeiten, Ruhe -und Schlafenszeiten der Kinder. Lassen Sie die Kinder solche Abmachungen aufschreiben, das gibt ihnen Struktur und kann als Unterrichtszeit gerechnet werden.
- ❖ Sorgen Sie für Momente der Erholung für sich selber, z.B. am Abend, wenn die Kinder im Bett sind.
- ❖ Klären sie Verantwortung und Zuständigkeiten: Für die Erledigung der Schularbeiten tragen vor allem die Kinder die Verantwortung. Die Lehrpersonen geben den Kindern sicher vor allem Aufträge, welche sie selbstständig erledigen können. Eltern sind für den passenden Rahmen zuständig, die Kinder für die sorgfältige Erledigung der Aufträge. Zeigen Sie den Kindern auf, wofür Sie als Eltern verantwortlich sind (Strukturen, Geld verdienen, Infos über aktuelle Situation usw.)

- ❖ Gestalten eines passenden Rahmens für die Arbeit an den Aufträgen der Schule:
 - freie Arbeitsfläche, Geräte wie Radio, TV, Handy usw. sind ausgeschaltet und weggelegt
 - Klare Unterscheidung von Zeiten für konzentriertes Arbeiten, kurze Bewegungspausen und Freizeit
 - Velo putzen, kochen lernen, Briefe schreiben an Grosseltern, Frühlingsputz machen im Kinderzimmer, kann mit etwas Kreativität auch als Unterricht gestaltet werden

- ❖ Geniessen Sie nach erledigten Arbeiten bewusst schöne Momente mit Ihren Kindern (ein Spiel, einen Spaziergang, einen Film schauen, ein feines Essen zubereiten, sich gegenseitig vorlesen, gemeinsam an einem Puzzle arbeiten usw.

- ❖ Schicken Sie die Kinder jeden Tag raus an die frische Luft (in kleinen Gruppen), das kann auch mit dem Wegfall von Schulweg und Sportunterricht begründet werden und gibt Ihnen als Eltern wieder eine kurze Auszeit für sich.

- ❖ Sorgen Sie sich nicht alleine, melden Sie sich telefonisch bei anderen Eltern, den Lehrpersonen, Schulleitungen, der Schulsozialarbeiterin, der Erziehungsberatung usw., wenn Sie Fragen haben, sich überfordert fühlen oder einfach über eine Situation sprechen möchten.

- ❖ Hilfe ausserhalb der Bürozeiten: Der Elternnotruf unter der Nummer 0848 354 555 steht Ihnen Tag und Nacht zur Verfügung (Festnetztarif). Im Internet finden Sie unter Elternnotruf auch die Möglichkeit einer E-Mail-Beratung.

Die aktuelle Situation fordert uns alle heraus und das Lernen mit den Kindern zuhause muss geübt werden. Machen Sie sich also nicht den Druck, alles perfekt machen zu müssen.

Ich wünsche Ihnen alles Gute und hoffe, dass Sie gesund bleiben können!

Christine Schneeberger
Schulsozialarbeiterin Region Oberdiessbach