

Liebe Eltern, liebe Erziehungsberechtigte, liebe SchülerInnen,

ganz schnell ist unser Alltag anders geworden und der Unterricht hat sich nach Hause verlagert.

Da momentan nicht bekannt und einschätzbar ist, wie lange diese andere Art des Unterrichts noch dauert, möchte ich Ihnen/ euch in meiner Funktion als Beratungslehrerin der Schule schreiben.

Es ist uns Lehrerinnen und Lehrern bewusst, dass die neue Situation eine große Herausforderung für Familien ist. Zuhause arbeiten, gemeinsam mit den Kindern lernen, nicht rausgehen und Freunde treffen können und vielleicht noch existenzielle Sorgen zu haben, kann zu großem Druck, angespannter Stimmung und Konflikten führen.

Gerade jetzt braucht es in Familien eine Strukturierung des Alltages, Begleitung der Kinder, Achtsamkeit den Gefühlen der Kinder, aber auch gegenüber sich selbst.

Ich erlaube mir, Ihnen in meiner Funktion ein paar Tipps zu geben.

- Versuchen Sie bitte in Ihrem Familienalltag eine Tagesstruktur aufrecht zu erhalten (aufstehen, anziehen, frühstücken, Lernzeit, Freizeit, gemeinsame Spielzeit, kontrollierte Zeit für Medienkonsum, ..)
- Gemeinsame Rituale geben Sicherheit und stärken das Vertrauen (z.B. gemeinsame Mahlzeiten, zusammen kochen, Gute Nacht Geschichten, ...) Vorgegebene und wiederholte Abläufe und Strukturen, als auch vorhersehbare Ereignisse, sind sehr wichtig in diesen Tagen!
- Legen Sie Zeiten für die Schulaufgaben fest, machen Sie Pausen und loben Sie ihr Kind!
- Sollte es hin und wieder Streit geben, versuchen Sie nach dem Sturm und einer Versöhnung(!) gemeinsam mit ihrem Kind Lösungen zu finden.
- Nicht alles, was man im Leben braucht, wird im Klassenzimmer gelernt: Knopf annähen, Blumen pflanzen, Öl im Auto überprüfen, kochen, Steine bemalen,...
- Sollte es zu Situationen kommen, in denen Sie sich überfordert fühlen, scheuen Sie sich nicht, Hilfe zu holen!

*Hier ein paar Anlaufstellen:*

Pro Mente Krisentelefon 0662- 433351

Rat auf Draht: 147

Kinder- und Jugendhilfe Tennengau: 06245 796

Kija: 0662- 430550

Gerne stehe auch ich Ihnen und natürlich den Kindern, die mich ja aus der Schule kennen, zur Verfügung. Sie können mich unter meiner Telefonnummer 06645748985 erreichen. Ich möchte auch darauf hinweisen, dass ich der Verschwiegenheit unterliege.

Ich wünsche Ihnen und euch alles, alles Gute, freue mich schon auf ein Wiedersehen und verbleibe mit lieben Grüßen

Angelika Lichtenegger