

Newsletter

für Eltern und Erziehungsberechtigte

„HOMESCHOOLING - EIN SPAGAT ZWISCHEN JOB UND FAMILIE - SO KANN DIE ELTERN-KIND-BEZIEHUNG DENNOCH GELINGEN“

Wir haben für sie einige Tipps und Anregungen gesammelt, wie die Eltern-Kind-Beziehung trotz der widrigen Umstände dennoch gelingen kann:

▪ Rituale gemeinsam leben

Gerade in schwierigen Zeiten sind Rituale für das Wohlbefinden aller Familienmitglieder und für das WIR-Gefühl wertvoll. So ist es gerade jetzt in der Pandemiezeit wichtig, die Rituale der Familie in Augenschein zu nehmen.

Unser Tipp!

Werfen sie -mit ihrem Kind- einen Blick auf die Rituale in Ihrer Familie! Welche Rituale haben wir aktuell als Familie? Welche Rituale gab es früher? Sind uns schöne Rituale verloren gegangen? Wollen wir diese wiederaufleben lassen?

- Gemeinsame Mahlzeiten (je nach Familienorganisation täglich/wöchentlich)
- Eltern-Kind-Momente (Qualität vor Quantität)
- Gemeinsame Aktionen (Spieleabende, gemeinsame Wochenendausflüge, Werkeln ...)

Was haben Sie davon?

Rituale stärken den Familienzusammenhalt und geben ein gutes Gefühl – **WIR SIND EINE FAMILIE!** Die Beziehung zwischen ihnen und ihrem Kind wird gestärkt, was den Alltag erleichtern kann.

▪ Tagesstruktur geben statt in den Tag hineinleben

Ob für Homeoffice oder Homeschooling - die Tagesstruktur hilft am Ball zu bleiben.

Unser Tipp!

Schauen sie sich den Tagesablauf ihres Kindes kritisch an!

- Aufsteh- und Zu-Bett-Geh-Zeiten ihres Kindes
- Wann, wo und mit wem isst ihr Kind?
- Medienfreie Zeiten
- Freizeitgestaltung
- Gemeinsamer Tagesrückblick – was lief heute gut, was muss morgen anders laufen?

Unser Tipp!

Manchen Kindern hilft eine Visualisierung der Tagesstruktur, sozusagen ein Familien-Stundenplan. Schreiben sie auf, welche Fächer das Kind am nächsten Tag hat, ob eine Videokonferenz stattfindet und welche Aufgaben zu erledigen sind. Unterstützen sie ihr Kind dabei, die benötigten Materialien griffbereit zu haben. Wann macht ihr Kind (Bewegungs-) Pausen, Essenszeiten, was steht am Nachmittag an...?

Was haben Sie davon?

- Hilfestellung für sie und ihr Kind
- Optimierung des Alltags
- Zeitmanagement trägt zur Motivation bei

▪ Zurück zur Normalität

Eine große Herausforderung für Eltern in der aktuellen Situation ist die Trennung zwischen Eltern- und Lehrerrolle. Sie haben die Rahmenbedingungen für Homeschooling geschaffen und eine Tagesstruktur vereinbart. Sie haben Ihr Kind dabei unterstützt, die Aufgaben zu erledigen und an die Lehrkräfte weiterzuleiten.

Jetzt ist es an der Zeit, dass Eltern wieder Eltern sind und Ihr Kind wieder Kind sein darf!

Unser Tipp!

Hinterfragen sie kritisch ihre Rolle, wenn sie mit Ihrem Kind im Kontakt sind!

- Schaffen sie schulfreie Zeiträume - ihr Kind ist nicht nur Schülerin oder Schüler!
- Führen sie regelmäßig Gespräche, nicht nur über die Schule
- Ermöglichen sie gemeinsame schöne Momente (Ausflüge, Spieleabende, Filmabende)
- Aktivieren sie (Familien-)Netzwerke - wer kann ihr Kind bei den Hausaufgaben/ neuen Themen unterstützen?
- Bauen sie kreative Bewegungspausen ein!
- Die gesunde Entwicklung ihres Kindes soll ihr Hauptziel bleiben. Dies kann gelingen, wenn sie weiterhin in Beziehung mit ihrem Kind bleiben

Unser Tipp!

Werfen sie -mit ihrem Kind- einen Blick auf seine Kontakte zu Gleichaltrigen!

- Welche Kontakte hat ihr Kind aktuell?
- Welche Kontakte gab es früher?
- In welcher Art haben diese stattgefunden?
- Will ihr Kind diese wiederaufleben lassen?
- Was ist ihrem Kind an den Kontakten wichtig?
- Wie möchte ihr Kind diese Kontakte aktuell gestalten?
- Was kann es alleine umsetzen und in welchen Bereichen benötigt es Unterstützung von ihnen oder jemand anderen?
- Was wollen und können sie als Eltern dazu beitragen?

Was haben Sie davon?

Rollendefinition und klare Abgrenzung von der Schule bringt Ihnen Entlastung im Alltag. Es stärkt es zudem die Beziehung zu ihrem Kind, da das möglicherweise negativ besetzte Thema „Schule“ nicht mehr allgegenwärtig ist.

Wenn sie mit uns über die hier aufgeführten Punkte ins Gespräch kommen möchten oder wenn sie Fragen, Unsicherheiten oder Probleme haben, dann nehmen Sie bitte Kontakt auf:



Schul Sozial Arbeit
Eppingen

Kraichgauschule und Grundschule Elsenz

melanie.uttner@djh.de
01761-6910 209

Grundschulen Kleingartach und Mühlbach

madeleine.muenz@djh.de
01761-6910 316

Hellbergschule Eppingen

florian.laws@djh.de
01761-6910 314

Selma-Rosenfeld-Realschule Eppingen

cathrin.weiler@djh.de
01761-6910 315

Hartmanni-Gymnasium Eppingen

sabine.jegel@djh.de
01761-6910 313

Grundschule Richen

andreas.fischer@djh.de (Vertretung)
01761-6910 060



Jugendzentrum Eppingen

hilda.sakar@djh.de
01761-6910 062

Jugendzentrum Eppingen

melek.ipek@djh.de
01761-6910 275

Kinder- &
Jugendförderung
Eppingen

Kinder- und Jugendreferat Eppingen

andreas.fischer@djh.de
01761-6910 060