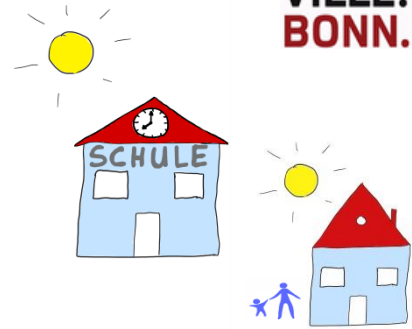


Herausforderung Corona - Ratschläge für Eltern

Schule zu Hause – so gelingt es gemeinsam



Liebe Eltern,

Die Schule findet jetzt zu Hause statt.

Der Grund: Menschen stecken sich in großen Gruppen schneller an.

Sie haben ein Kind, das zur Schule geht?

Dann müssen Sie im Moment eine schwierige Aufgabe bewältigen.

Die Situation ist neu für uns alle.



- Ihr Kind soll Schulaufgaben machen. Vielleicht braucht es dabei Ihre Hilfe.
- Die Eltern müssen aber trotzdem arbeiten, oft zu Hause im Home-Office.
- Die Erwachsenen haben durch Corona oft selber Sorgen und Probleme.
- In vielen Wohnungen ist es eng, es gibt keinen Balkon und keinen Garten.

Wir wissen, wie anstrengend die Situation für Familien ist.

Wir wollen Sie unterstützen.

Wir haben deshalb einige Tipps für Sie und Ihre Familie aufgeschrieben.

Reden Sie nicht zu viel über Corona.

Das Coronavirus ist im Moment ein wichtiges Thema.

Das wissen auch Kinder, es macht vielen von ihnen Angst.

Sie können sich nicht konzentrieren.

Helfen Sie Ihrem Kind,

machen Sie es einfach anders:

- Reden Sie auch über andere Themen.
- Reden Sie nur eine begrenzte Zeit am Tag über Corona.
- Schauen Sie Nachrichten im Fernsehen möglichst nicht im Beisein Ihres Kindes.
- Hören Sie besser Radio zum Informieren. Das belastet weniger.



- Begrenzen Sie die Medienzeiten.

Für ein Grundschulkind höchstens eine Stunde pro Tag.

- Bedenken Sie dabei:

Auch ein Smartphone zählt zu den Medien.



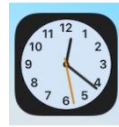
Schule zu Hause – so meistern Sie die Situation gemeinsam.

Schule ist wichtig - das Durchstehen dieser Situation ist wichtiger.
Sie leisten als Familie in dieser Situation sehr viel.
Sie sind kein Lehrer, keine Lehrerin.
Streiten Sie nicht wegen der Schule.



Ihr Kind hat von den Lehrern Aufgaben bekommen.
Es muss sich darauf konzentrieren.
Unterstützen Sie es dabei: Sprechen Sie mit ihm über die Situation.

- Richten Sie gemeinsam einen schönen Arbeitsplatz ein.
- Einigen Sie sich mit Ihrem Kind auf feste Arbeitszeiten.
Achten Sie darauf, dass sie eingehalten werden.
Beachten Sie dabei, wie lange sich Kinder am Stück konzentrieren können:
 - 1./2. Klasse: 15 Minuten
 - 3./4. Klasse: 20 Minuten
 - 5./6. Klasse: 25 Minuten
 - ab 7. Klasse: 30 Minuten
- Machen Sie regelmäßig gemeinsam Pausen:
 - bewegen Sie sich, gehen Sie nach draußen
 - öffnen Sie die Fenster, genießen Sie die Natur und den Frühling



Das ist für Ihr Kind hilfreich:

- Wenn mal etwas nicht klappt, schimpfen Sie nicht mit Ihrem Kind.
- Finden Sie gemeinsam Lösungen durch Fragen stellen.
- Sprechen Sie über die Themen, mit denen sich Ihr Kind beschäftigt.
Das regt Ihr Kind zum Nachdenken an.
- Ihr Kind kann mit Freunden und Klassenkameraden sprechen.
Das ist wichtig für Ihr Kind.



Haben Sie Vertrauen:

- Ihr Kind regelt viele Dinge selbst, in der Schule und im Haushalt.
- Geben Sie ihm Verantwortung.
- Loben Sie Ihr Kind.
- Sie tun Ihr Bestes. Ihr Kind tut auch sein Bestes.

Denken Sie immer daran:

- Sie müssen in dieser ungewöhnlichen Situation sehr viel fertig bringen.
- Vielleicht brauchen Sie selber Unterstützung.
- Holen Sie sich Hilfe und Rat, wenn Sie nicht weiter wissen.

Wir helfen Ihnen gerne:

Schulpsychologie Bonn

Sekretariat: Sonja Eiden

Telefon: 0228 – 77 45 63

Mail: schulpsychologie@bonn.de

