

## 17. Elternarbeit

### 17.1. Ausserordentliche Zeiten für Eltern mit Schulkindern – Tipps für Eltern

Es ist ungewohnt, ausserhalb der Schulferien mit Kindern so eng zusammenzuwohnen, entweder selbst noch arbeiten zu müssen und sich allenfalls auch noch um die eigene berufliche Zukunft Sorgen zu machen. Die Schule kann hier nicht alles abfedern, doch wird sie auch in diesen ausserordentlichen Zeiten als Anlaufstelle für die Beratung und Triage wahrgenommen.

<b>Stundenplan / Tagesablauf</b>	Erstellen Sie mit Ihrem Kind einen Stundenplan, welcher die schulischen Tätigkeiten von den Freizeitaktivitäten abgrenzt. In diesem Plan haben auch Hobbies (z.B. Instrument, Fitnessstraining etc.) Platz. <u>Ein Beispiel für die Tagesstruktur.</u>
<b>Pausen</b>	Planen Sie auch beim Lernen kleine Pausen ein, Kinder arbeiten in der Schule selten ganze Lektionen ohne Unterbruch (je jünger die Kinder, desto häufiger sind Pausen nötig). Kleine Pausen können sein: Ein Glas Wasser holen, 5 Minuten Trampolin springen, 3 Purzelbäume im Elternbett usw.)
<b>Rechnen Sie mit Schwankungen</b>	Auch bei bester Vorbereitung gibt es Tage, an denen es nicht so recht läuft. Das ist absolut normal. Versuchen Sie ruhig zu bleiben, lassen Sie auch mal etwas so stehen und anerkennen Sie dennoch die Anstrengung Ihres Kindes (und Ihre eigene).
<b>Fehler dürfen sein</b>	Auch wenn Sie die Verantwortung dafür tragen, dass Ihr Kind die Schulaufgaben macht, sind es die Aufgaben Ihres Kindes. Es ist normal, dass Ihr Kind nicht alles auf Anhieb versteht oder auch einmal etwas falsch macht. Auch aus Fehlern lernt man. Eine Korrektur zu einem späteren Zeitpunkt oder eine Absicherung bei der Lehrperson kann hier unnötigen Stress vermeiden.
<b>Selbständigkeit</b>	Je mehr Ihr Kind alleine machen kann desto besser. Hier gibt es aber grosse Unterschiede. Versuchen Sie, während der Unterrichtszeit des Kindes einer eigenen Beschäftigung nachzugehen (wenn möglich nicht zu intensiv). So sind Sie für Ihr Kind ansprechbar, gehen aber nicht das Risiko ein, dem Kind jede Aufgabe vorzulesen, wenn es gar nicht nötig wäre.
<b>Bewegung</b>	Bewegung hilft beim Denken und Lernen. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind trotz der Einschränkungen auch ihre Muskeln braucht. Gehen Sie spazieren, machen sie kleine Bodenturnübungen, rennen Sie drei Mal um den Block usw.
<b>Lehrerrolle einnehmen?</b>	Obwohl die Verantwortung für die Schulpflicht bei der Schule liegt, fühlen sich die Eltern natürlich für die Bildung ihrer Kinder verantwortlich. In Zeiten des Fernunterrichts wahrscheinlich noch mehr als vorher. Das Lernen von Kindern zu begleiten ist herausfordernd. Auf <a href="http://Lernentrotzcorona.ch">Lernentrotzcorona.ch</a> gibt es Hinweise, wie das Lernen mit Kindern konfliktfrei(er) funktionieren kann.
<b>Holen Sie Hilfe</b>	Manchmal nützen alle gutgemeinten Tipps nichts, denn es ist der Wurm drin. Holen Sie sich Hilfe, Sie müssen diese herausfordernde Situation nicht alleine durchstehen. Sprechen Sie mit der Lehrperson Ihres Kindes über die Herausforderungen und suchen Sie mit dieser nach geeigneten Lösungen (z.B. mehr Anweisungen, telefonische Erklärungen, leichtere Aufgaben etc.). Oder rufen Sie den Schulpsychologischen Dienst an. Wir stellen eine kostenlose telefonische Beratung durch unsere Schulpsychologinnen und Schulpsychologen zur Verfügung und sind zu Bürozeiten erreichbar

### 17.2. Unterstützung / Erziehungsberatung durch den SPD

Der Schulpsychologische Dienst (SPD) bietet täglich vormittags und nachmittags eine niederschwellige und anonyme Beratungsmöglichkeit für Eltern, Lehrpersonen, Schulleitungen und weitere mit der Erziehung Beschäftigte an.

Herausfordernde Erziehungs- und Lernsituationen aller Art können besprochen werden: Konflikte unter

Kindern oder in der Familie, Fragen zur Tagesgestaltung, zum Unterstützen beim Aufgaben erfüllen, zu Möglichkeiten von räumlicher und akustischer Trennung und weitere Themen im Erziehungsalltag. Alle Betroffenen dürfen sich unkompliziert und anonym an den Schulpsychologischen Dienst wenden.

Wenn Beratungsgespräche mit der gebietszuständigen Person des Dienstes gewünscht werden, können jederzeit Termine vereinbart werden. Die Beratung erfolgt per Telefon oder per E-Mail.

Kontakt:

Telefon Breitenbach: 061 704 71 50

Telefon Olten: 062 311 91 40

Telefon Solothurn: 032 627 29 61

E-Mail: [spd@dbk.so.ch](mailto:spd@dbk.so.ch)