

SCHUL- SOZIALARBEIT



Sarah Antonius

B.A. Sozialarbeiterin

- ✓ Allgemeine sozialpädagogische Beratung
- ✓ Unterstützung und Begleitung bei persönlichen, häuslichen oder schulischen Problemlagen, Mobbing und Konflikten
- ✓ Netzwerkarbeit und Vermittlung an weiterführende Hilfen
- ✓ Soziale Trainings und Projektarbeit



→ ein Angebot für Schüler, Lehrer und Eltern

Kontakt

Grundschule Bad Sachsa
Pfaffenwiese 16
37441 Bad Sachsa
Raum 21 (unterm Dach)

Tel.: 05523 / 9992301

schulsozialarbeit@grundschulebadsachsa.de



Pfaffenwiese 16 – 37441 Bad Sachsa
Schulsozialarbeit – Raum 21
Tel.: 05523 / 9992301 – Fax: 05523 / 999346
E-Mail: schulsozialarbeit@grundschulebadsachsa.de

06.01.2021

Schulsozialarbeit: Ich bin weiterhin erreichbar!

Liebe Schülerinnen und Schüler,
liebe Eltern und Erziehungsberechtigte,

zunächst wünsche ich allen Familien ein frohes und vor allem gesundes neues Jahr. Leider beginnt dieses Jahr ähnlich wie das vergangene endete, vor allem mit vielen Unsicherheiten und Ungewissheiten.

Nächste Woche starten unsere Kinder im Szenario C, dem Distanzlernen, und ab dem 18.01.2021 werden sie in Szenario B, den Wechselunterricht, übergehen.

Viele von uns merken, dass es nicht immer ganz einfach ist, mit der ganzen Familie zu Hause und an vielen Stellen gleichzeitig beschäftigt zu sein. Durch die massiven Kontakteinschränkungen und den damit einhergehenden Maßnahmen geht unsere gesamte Alltagsstruktur plötzlich verloren. Diese neue und ungewohnte Situation des Miteinanderlebens rund um die Uhr wird ergänzt durch das verpflichtende Homeschooling der Kinder sowie in vielen Fällen das Homeoffice der Eltern. Die Kinderbetreuung bei gleichzeitiger beruflicher Tätigkeit kann zu Krisen und Konflikten führen. Alleinerziehende, armutsgefährdete und anderweitig benachteiligte Familien erfahren zusätzliche Belastungen. Den Kindern ist langweilig, sie vermissen ihre Freunde oder kommen nicht mit ihren Schulaufgaben zurecht. Nicht zuletzt fühlen sich auch Eltern vielfach mit den Anforderungen der Schule überfordert.

Auch und insbesondere in dieser besonderen und für viele Familien sehr schweren Zeit möchte ich weiterhin für euch und Sie erreichbar sein. Gern können Sie mir eine E-Mail schreiben, auf Wunsch rufe ich dann schnellstmöglich zurück. Ab dem 18.01.2021 bin ich dann auch wieder täglich im Büro unter der o.g. Telefonnummer zu erreichen. Ich freue mich auch über Mails von euch, liebe Schülerinnen und Schüler, gern könnt ihr mir von euren Ferien berichten, von schönen Erlebnissen, aber auch von euren Sorgen und Ängsten. Gemeinsam finden wir einen Weg!

Herzliche Grüße,

Sarah Antonius
Schulsozialarbeit



11.01.2021

Schulsozialarbeit – Kreativer Umgang mit der Pandemie

Liebe Eltern und Erziehungsberechtigte,

viele Familien sind plötzlich rund um die Uhr zusammen. Dies ist manchmal sehr schön, vielfach aber auch herausfordernd und anstrengend. Die aktuellen Umstände erfordern rundum besondere Maßnahmen und nicht zuletzt ein hohes Maß an Kreativität und vor allem Geduld.

Mit diesem Schreiben möchte ich Ihnen Mut machen und ein paar Ideen mit an die Hand geben, mit denen das Zusammenleben als Familie unter diesen besonderen Umständen gut gelingen kann.

1. Strukturieren Sie Ihren Tagesablauf

Feste Schlaf-, Essens- und Lernzeiten geben Halt und Sicherheit.

Vielleicht gestalten Sie gemeinsam mit Ihrem Kind einen Stundenplan für zu Hause. Richten Sie sich hierbei aber auch nach dem natürlichen Biorhythmus ihres Kindes.

2. Schaffen Sie ausreichend Pausenzeiten

Überfordern Sie Ihre Kinder nicht und sorgen Sie dafür, dass genügend Raum zum Spielen und kreativer Freiraum bleibt.

3. Bewegung und frische Luft

Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind sich ausreichend körperlich betätigt und möglichst viel Zeit an der frischen Luft verbringt. Insbesondere im Umgang mit Stress und Ängsten sind Bewegung und frische Luft sehr hilfreich.

4. Manche Kinder belastet und verunsichert die Situation

Hören Sie Ihrem Kind zu und versuchen Sie für es da zu sein. Holen Sie sich Hilfe, wenn Sie selbst nicht weiter wissen.

5. Kinder und Haushalt

Beziehen Sie Ihre Kinder in die alltäglichen Haushaltsverpflichtungen mit ein. So sind Ihre Kinder beschäftigt und möglicherweise finden sie sogar Freude daran, Ihnen zu helfen. Einfache Tätigkeiten wie Staubsaugen, Gemüse waschen, Tisch decken und abräumen, Spülmaschine ein- und ausräumen oder



passende Socken zusammensuchen können auch kleinere (Geschwister-) Kinder gut übernehmen. Drücken Sie ein Auge zu, wenn es nicht so perfekt wird, wie wenn wir es täten und loben Sie ihr Kind. Dann hilft es Ihnen gerne wieder.

6. Auch Eltern müssen auftanken

Die veränderte Alltagssituation und die vielen Unklarheiten kosten Eltern viel Kraft. Suchen sie sich kleine „Inseln“ im Alltagsstress und schaffen Sie so Zeiten zum Auftanken, bspw. wenn die Kinder sich gerade alleine beschäftigen. Denken Sie mal darüber nach, was Ihnen guttut und vor allem, stellen Sie keine zu hohen Anforderungen an sich selbst und die Kinder. Die Wohnung muss jetzt nicht blitzblank sein, es kommt ohnehin gerade kein Besuch ;))

7. Damit es zu Hause nicht langweilig wird...

Ihre Kinder könnten ihren Freunden oder Verwandten Briefe schreiben. Im Internet gibt es zahlreiche Spiel- und Bastelideen, Ausmalbilder und Rätsel zum Ausdrucken, Sportvideos zum Mitmachen etc. Schauen Sie mal rein. Gerne können Ihre Kinder mir auch eine Mail schreiben und mir von ihrer Zeit zu Hause berichten.

8. Kontrollieren und regulieren Sie aber die Bildschirmzeiten

Zwar werden diese aufgrund der besonderen Situation und der kalten Jahreszeit zunehmen, aber es sollte genügend Ausgleich geschaffen werden.

9. Homeschooling klappt selten von Anfang an reibungslos

Für Kinder und Erwachsene ist es schwierig, sich in die neue Situation einzufinden. Wenn Eltern zum Lehrer werden, sind Kinder manchmal irritiert und reagieren bockig. Haben Sie Geduld – mit sich und Ihrem Kind.

10. Scheuen Sie sich nicht, bei Fragen oder Problemen Kontakt mit den Lehrkräften oder mir aufzunehmen.

Wir helfen Ihnen gerne weiter!

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen ein gutes Gelingen.

Bleiben Sie und Ihre Kinder gesund.

Herzliche Grüße,

Sarah Antonius
Schulsozialarbeit