

## Originaltext

Sprache: Deutsch

### Wirkungsvolle Elternschaft in Zeiten der Corona

Wie Eltern, Lehrer und Sozialarbeiter\*innen Kindern in Zeiten der Corona helfen können

Dieser Beitrag wurde gemeinsam von Prof. Dr. Haim Omer und Dr. Rina Omer geschrieben

### Kurzversion

In Krisenzeiten hat die Erhaltung und Wiederherstellung zwischenmenschlicher und persönlicher Gewohnheiten in der Familie und Gemeinschaft einen ganz besonderen Wert.

Wichtig ist es, trotz Störungen (Corona – Ausgangssperre, reduzierte Schule) weiter zu funktionieren. Die Fortführung der vertrauten Kontakte, wie z.B. zur Familie, Freunden, Kollegen und anderen Gruppen, denen man sich zugehörig fühlt ist sehr wichtig auch wenn sie im Moment in einer anderen Form stattfinden müssen.

Die vertrauten Routinen helfen uns zu wissen, was getan und nicht getan werden sollte.

Einige Routinen müssen der neuen Situation angepasst werden.

### Hier einige praktische Tipps für Eltern in Zeiten von Corona von Prof. Dr. Haim Omer und Frau Dr. Rina Omer

- Halten Sie einen klaren und verbindlichen Tagesablauf ein. Teilen Sie Ihren Kindern mit, wie der Zeitplan für den nächsten Tag

Diese Übersetzung ist eine Serviceleistung des Kommunalen Integrationszentrums Kreis Borken durch nicht vereidigte Sprachmittler\*innen.

## Übersetzung

Sprache: Niederländisch

### Effectieve ouderschap in tijden van corona

Hoe ouders , leerkrachten en maatschappelijk werkers kinderen in Corona-tijden kunnen helpen.

Diese bijdrag gezamenlijk geleverd door Prof. Dr .Haim Omer en Dr. Rina Omer

### Korte versie

In tijden van crisis heeft het behoud en herstel van interpersoonlijke gewoonten in het gezin en de gemeenschap heel bijzondere waarde.

Het is belangrijk om ondanks onderbrekingen te blijven werken (Corona-out gaan verbod,verminderde school)

De voortzetting van de vertrouwde contacten, zoals met familie,vrienden,collegas en andere groepen waar je je bij voelt,is erg belangrijk,ook al moeten ze op dit moment in een andere vorm plaatsvinden.

De bekende routines helpen ons te weten wat er moet gebeuren Sommige routines moeten worden aangepast aan de nieuwe situatie.

### Hier zijn enkele praktische tips voor ouders in de tijd van Corona door Prof.Dr.Haim Omer en vrouw Dr.Rina Omer

- Houd een duidelijke en bindende dagelijkse routine aan.Vertel uw kinderen wat het

## Originaltext

### Sprache: Deutsch

aussehen wird. Der Zeitplan funktioniert am besten, wenn er formell ist, z. B. geschrieben/gedruckt und an einer auffälligen Stelle gezeigt wird. Es hilft, den Kindern den Plan für den nächsten Tag vor dem Schlafengehen vorzulesen.

- Planen Sie einen Schulablauf zu Hause während der Morgenstunden. Organisieren Sie den Morgen in verschiedene „Einheiten“ oder schulbezogene Aktivitäten. Verlassen Sie sich nicht nur auf die Anweisungen, die die Schule über das Netz schickt. Sie können den Kindern Verantwortung für den Unterricht übertragen, um Hilfe von Verwandten bitten oder Studiengruppen mit anderen Kindern über Skype o.ä. organisieren.

- In Corona-Zeiten ist es besonders wichtig, dass die Familie regelmäßige Mahlzeiten einnimmt. Die Kinder können in den Prozess der Vorbereitung einbezogen werden. Gemeinsames Kochen und Essen gibt den Kindern das Gefühl, dass die Familie lebt und es ihr gut geht.

- Die Großeltern können sehr wichtig sein. Bitten Sie diese, Ihren Kindern Gutenachtgeschichten zu erzählen. Die Großeltern können eine zentrale Rolle in der Heimschule spielen. Die Einbeziehung der Großeltern per Skype o. ä. kann für diese, Ihre Kinder und Sie selbst sehr sinnvoll sein.

- Zeigen Sie die Dinge, die die Kinder im Laufe des Tages gemacht haben, den Mitgliedern der Großfamilie, den Lehrern und Freunden. Bitten Sie diese Personen, Ihren Kindern ein Feedback zu dem zu geben, was sie gesehen haben. Ein Kind, das Botschaften der Wertschätzung erhält, wird stolz sein. Diese Botschaften verstärken das Selbstbild: "Opa

Diese Übersetzung ist eine Serviceleistung des Kommunalen Integrationszentrums Kreis Borken durch nicht vereidigte Sprachmittler\*innen.

## Übersetzung

### Sprache: Niederländisch

schema voor de volgende dag zal zijn. Het schema werkt het beste als het formeel is, bijvoorbeeld geschreven/gedrukt en getoond op een prominente plek. Het helpt de kinderen het plan voor de volgende dag te lezen voordat ze naar bed gaan.

- Plan thuis een schoolroutine tijdens de ochtenduren. Organiseer de ochtend in verschillende eenheden of schoolgerelateerde activiteiten. Vertrouw niet alleen op de instructies die de school over het net stuurt. U kunt de kinderen de verantwoordelijkheid voor de les geven, hulp van familieleden vragen of studiegroepen met andere kinderen organiseren via Skype

- In Corona- tijden is het vooral belangrijk dat het gezin regelmatig eet. De kinderen kunnen betrokken worden bij het voorbereidingsproces. Samen koken en eten geeft de kinderen het gevoel dat het gezin leeft en goed gaat.

- De grootouders kunnen erg belangrijk zijn. Vraag hen om hun kinderen verhaaltjes voor het slapengaan te vertellen. Op de thuischool kunnen de grootouders een centrale rol spelen. De grootouders betrekken via Skype kan heel nuttig zijn voor hen, hun kinderen en voor uzelf.

- Laat de leden van de leerkrachten en vrienden zien wat de kinderen overdag hebben gedaan. Vraag deze mensen om uw kinderen feedback te geven over wat ze hebben gezien. Een kind dat berichten van waardering ontvangt, zal trots zijn. Deze

## Originaltext

### Sprache: Deutsch

denkt an mich!" "Meine Tante weiß jetzt, dass ich gut in Mathe bin!" "Sogar mein Lehrer war beeindruckt von dem gemeinsamen Bild, das wir gemalt haben!"

- Die Corona-Zeiten bieten den Eltern eine gute Gelegenheit, Kontakte zu Lehrern, anderen Eltern, Sporttrainern (z.B. durch Anfragen nach Anleitungen für Übungen zuhause) usw. zu knüpfen. Die Kontaktaufnahme mit diesen Menschen ist ein angebrachter Schritt in Corona-Zeiten, denn es wird erwartet, dass wir die Isolation durch Whatsapp, Skype und Facetime überwinden. Ein mögliches positives Ergebnis der gegenwärtigen Krise ist, dass die Eltern aus dieser Krise besser mit den Lehrern des Kindes, anderen Eltern und zusätzlichen Personen in der Umgebung des Kindes in Kontakt kommen können. Diese Kontakte können den Eltern dabei helfen, einen besseren Überblick über die Aktivitäten ihres Kindes zu bekommen, wann immer es notwendig ist, nachdem wir wieder zur Normalität zurückkehren.
- Versuchen Sie, die Gewohnheit zu entwickeln, virtuelle Sitzungen mit den Kindern, Großeltern und anderen Personen zu veranstalten, die für Sie von Bedeutung sind. Ein solches Treffen, sagen wir einmal pro Woche, wird den Familienzusammenhalt und das Zugehörigkeitsgefühl Ihres Kindes stärken. Es hilft, sich im Vorfeld vorzubereiten, in dem man z. B. Dinge zur Hand hat, die man erzählen oder zeigen möchte. Dadurch werden diese Treffen zu einer bedeutenden Spiegelung, die das Selbstbild Ihrer Kinder stärken wird.
- Lassen Sie Ihr Kind nicht stundenlang in seinem verschlossenen Zimmer bleiben. Wenn

Diese Übersetzung ist eine Serviceleistung des Kommunalen Integrationszentrums Kreis Borken durch nicht vereidigte Sprachmittler\*innen.

## Übersetzung

### Sprache: Niederländisch

berichten versterken het zelfbeeld: "Opa denkt aan mij!" "Mijn tante weet nu dat ik goed ben in Math!" "Zelfs mijn leraar was onder de indruk van de foto die we heb geschilderd!"

- De Corona – tijden bieden ouders een goede gelegenheid om contact te leggen met leerkrachten, andere ouders, en sportcoaches ( Bijvoorbeeld door instructies te vragen voor oefeningen thuis ) en verder te binden .Contact opnemen met deze mensen is een geschikte stap in Corona –tijden, omdat we de isolatie overwinnen via WhatsApp, Skype en Facetime. Een mogelijk positief resultaat van de huidige crisis is dat ouders beter kunnen communiceren met de leerkrachten van het kind, andere ouders en andere mensen rondom het kind. Deze contacten kunnen ouders helpen, een beter overzicht te krijgen van de activiteiten van hun kind wanneer dat nodig is, nadat we weer normaal zijn geworden.
- Probeer de gewoonte te ontwikkelen, om virtuele sessies te houden met de kinderen, grootouders en anderen belangrijk voor hen zijn. Zo'n bijeenkomst, zeg eens per week, zal de gezinsband en het gevoel van verbondenheid aan uw kind versterken. Het helpt om je van tevoren voor te bereiden, bijvoorbeeld door dingen bij de hand te hebben, waardoor deze bijeenkomsten een belangrijke reflectie zullen zijn die het zelfbeeld van je kinderen zal versterken.
- Laat uw kind niet uren in zijn afgesloten kamer achter. Als het kind naar buiten te

## Originaltext

Sprache: Deutsch

das Kind sich weigert, herauszukommen, kommen Sie in den Raum und setzen Sie sich eine Weile hin. Zeigen Sie Interesse an dem Spiel, das das Kind möglicherweise am Computer spielt. Wenn Sie dies auf positive Weise tun, stehen die Chancen gut, dass das Kind sich als Gast und nicht als Eindringling auf Sie bezieht. Sie sollten wissen, dass die Gewohnheit, sich in seinem Zimmer einzuschließen, einen Missbrauch der Rechte zur Privatsphäre darstellt. Die Privatsphäre ist ein Recht unter anderen und kein absolutes! Die Privatsphäre als „heilig“ zu behandeln, kann die funktionellen, zwischenmenschlichen und persönlichen Kontinuitäten des Kindes völlig untergraben.

- Fragen Sie Ihre Freunde nach Freizeitaktivitäten, die sie entwickelt haben. Teilen Sie diese Ideen mit Freunden und versuchen Sie, wenn möglich, einen Wettbewerb zu organisieren. Wettbewerbe zwischen Familien oder Gruppen neigen dazu, den Zusammenhalt und das Zugehörigkeitsgefühl des Kindes zu stärken.

Sie sind eingeladen, diese Website zu besuchen und weitere Beiträge für Eltern anzusehen: <https://www.haimomer-nvr.com/>

### Referenzen

Omer, H. (1991). Aufgaben eines psychologischen Notfallteams bei Katastrophen (auf Hebräisch). *Sihot*, 5: 1-23

Omer, H. & Alon, N. (1994). Das Kontinuitätsprinzip: Eine einheitliche Herangehensweise an Katastrophe und Trauma. *Amerikanische Zeitschrift für Gemeindepsychologie*, 22:277-287

## Übersetzung

Sprache: Niederländisch

komen, kom dan een tijdje in de kamer zitten. Toon interesse in het spel dat het kind op de computer speelt. Als je op een positieve manier doet, is de kans groot dat het kind naar jou verweist. Uw moet weten dat de gewoonte om uzelf op te sluiten in uw kamer een misbruik is van privacyrechten. Privacy is onder andere juist en niet absoluut! Behandel privacy als heilig, Kann de functionele, interpersoonlijke en persoonlijke continuïteit van het kind volledig ondermijnen.

- Vraag je vrienden naar recreatieve activiteiten die ze hebben ontwikkeld. Deel deze ideeën met vrienden en probeer indien mogelijk een wedstrijd te organiseren. Competities tussen families of groepen hebben de neiging de cohesie en het gevoel van verbondenheid van het kind te versterken

Uw wordt uitgenodigd om deze website te bezoeken en andere bijdragen voor ouders te bekijken: <http://www.haimomer-nvr.com/>

### Referenties

Omer, H. (1991). Taken van een psychologisch noodteam bij Rampen ( In het Hebreeuws). *Sihot* .5: 1-23

Omer, H. & Alon, N. ( 1994). Het principe van continuïteit: Een uniforme aanpak van rampen en trauma's. *Amerikaanse Journal of Community Psychology*, 22:277-287