

Auftraggeber:

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 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

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

Übersetzung
Sprache: Russisch

Эффективное воспитание детей во время пандемии коронавируса

Как родители, учителя и социальные работники могут помочь детям во время пандемии коронавируса

Эту статью написали Prof. Dr. Haim Omer и Dr. Rina Omer

Короткая версия

Во время кризиса сохранение и восстановление межличностных и личных привычек в семье и в сообществе имеет особую ценность. Важно, несмотря на вмешательство (коронавируса - комендантский час, сокращение школы) продолжать действовать. Продолжение знакомых контактов, как например к семье, друзьям, коллегам и другим группам, к которым чувствуют себя принадлежащим, очень важно, даже если на данный момент это должно происходить в другой форме. Знакомые процедуры помогают нам распознать, что мы должны и не должны делать. Некоторые процедуры должны быть адаптированы к новой ситуации.

Несколько практических советов для родителей во время пандемии коронавируса от Prof. Dr. Haim Omer и Dr. Rina Omer

- Придерживайтесь чёткого распорядка дня. Расскажите вашим детям, как будет выглядеть ваше расписание на следующий день. Расписание работает лучше всего, когда оно формально, например: написано и вывешено на

Originaltext

Sprache: Deutsch

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 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

Übersetzung

Sprache: Russisch

заметном месте. Это помогает, детям прочитайте расписание перед сном.

- Планируйте домашнее школьное занятие в утренний час. Организуйте утро в различных заданиях или школьных мероприятиях. Полагайтесь не только на инструкции, которые присылает школа. Вы можете дать детям ответственность за уроки, обратиться за помощью к родственникам или организовать учебные группы с другими детьми по скайпу или т. п..
- Во время коронавируса очень важно, регулярный приём пищи всей семьи. При подготовке можно вовлекать детей в процесс, совместное приготовление и приём еды, даёт детям ощущение, что семья жива и здорова.
- Бабушка и дедушка могут быть очень важны. Попросите их рассказать детям сказки на ночь. Также они могут играть центральную роль при домашнем обучении. Контакт через скайп или т. п. может быть очень полезным для ваших детей и вас самих.
- Покажите, что делали дети в течение дня, членам семьи, учителям или друзьям. Попросите их дать вашим детям отклик на увиденное. Ребёнок который получает позитивный отклик будет очень горд. Этот отклик усиливает самооценку: «дедушка думает обо мне!» «моя тётя теперь знает, что я хорош в математике!» «даже мой учитель был г!»
- Во время коронавируса у вас есть возможность, наладить контакт с учителями, другими родителями, тренерами и т. д.. Связь с этими людьми является подходящим шагом во время

Originaltext

Sprache: Deutsch

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 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

Übersetzung

Sprache: Russisch

коронавируса, чтобы мы могли преодолеть изоляцию через Skype, Whatsapp, FaceTime и т. д.. Возможным положительным результатом нынешнего кризиса является то, что этот кризис позволит родителям лучше взаимодействовать с учителями ребёнка, другими родителями и другими людьми вокруг ребёнка. Эти контакты могут помочь родителям получить более лучшее представление о деятельности своего ребёнка, когда мы вернёмся к нормальной жизни.

- Постарайтесь выработать привычку проводить виртуальные занятия с детьми, бабушками, дедушками и другими людьми, которые значимы для вас. Такая встреча, раз в неделю, укрепит сплоченность семьи и чувство принадлежности вашего ребёнка. Заранее подготовленные вещи, которые ребёнок хочет показать и про них рассказать, помогут вам в этом. Тем самым эти встречи будут важным отражением, которое укрепит самооценку ваших детей.
- Не позволяйте вашему ребёнку оставаться в своей комнате в течение нескольких часов. Если ребёнок отказывается выходить, войдите в комнату и присядьте. Проявите интерес к игре, в которую ребёнок может играть на компьютере. Если вы сделаете это позитивно, ребёнок будет относиться к вам как к гостю, а не злоумышленнику. Вы должны знать, что привычка запирает себя в своей комнате является нарушением прав на неприкосновенность личной жизни. Что является не абсолютным среди других прав. Отношение к частной жизни как к «священному» может полностью подорвать функциональную, межличностную и лучшую

Originaltext

Sprache: Deutsch

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: Russisch

преемственность ребёнка.

- Спросите своих друзей о развлекательных мероприятиях, которыми они занимаются. Поделитесь этими идеями с друзьями и постарайтесь, если это возможно, организовать конкурс. Конкуренция между семьями или группами, как правило, усиливает сплочённость ребёнка и чувство принадлежности.

Вам предлагается посетить этот сайт и посмотреть другие материалы для родителей: <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