

Homeschooling

Ideen und Tipps für Eltern

Liebe Eltern,

die Schließung der Schulen stellt Schüler*innen, Eltern und Lehrkräfte vor große Herausforderungen. Neben Unsicherheiten und Sorgen rund um das Thema Lernen, Schullaufbahn und Abschlüsse, geht mit der Schulschließung auch das Risiko einher, dass Schüler*innen in emotionale Krisen geraten. Die haltgebende Struktur von Schule, die persönlichen Begegnungen, die Aufmerksamkeit und Zuwendung fehlt vielen Schüler*innen – nicht nur denen, die zuhause wenig Unterstützung haben. Verlustängste, Krankheitsängste, ungelöste Konflikte und Schuldgefühle können zu einer großen Last werden. Einige flüchten sich in Ersatzbeschäftigungen wie exzessiver Medienkonsum. Es ist sehr wichtig, diese Gefahren der Schulschließungen ernst zu nehmen und die Kinder und Jugendlichen im Blick zu behalten. Dabei möchte die Schulpsychologische Beratungsstelle im Kreis Heinsberg Sie unterstützen.

Zum Thema Homeschooling haben wir Ihnen nachfolgend einige Anregungen zusammengestellt, die Ihnen dabei helfen können, Ihr Kind in dieser Situation zu unterstützen.

Übrigens: Für die Phase des Lockdowns haben wir zudem eine Hotline für Schüler*innen, Eltern und Lehrkräfte geschaltet. Alle Sorgen und Probleme rund um das Lernen im Homeschooling (außer natürlich fachlicher und technischer Art) finden dort Gehör.

Die Hotline ist täglich besetzt zwischen 9.00 und 16.00 Uhr:
02452/134049.

Ratsuchende können sich auch per Mail an die Beratungsstelle wenden unter: schulpsychologie@kreis-heinsberg.de

1. Schaffen Sie eine klare Tagesstruktur

Eine feste Tagesstruktur, wie ihr Kind diese auch aus der Schule kennt, bietet Sicherheit und Orientierung und hilft, Ängsten oder Antriebsschwäche vorzubeugen. Möglicherweise werden feste Schulzeiten bereits durch die Lehrkraft vorgegeben. Vereinbaren Sie aber auch z.B. feste Zeiten für Mahlzeiten und die weitere Tagesgestaltung. Den Medienkonsum Ihres Kindes sollten Sie im Auge behalten und auch feste Schlafenszeiten einhalten.

2. Der richtige Arbeitsplatz

Ihr Kind sollte einen festen Arbeitsplatz für das Homeschooling zur Verfügung haben. Das kann der Schreibtisch im Kinderzimmer sein, unbedingt aber sollte der Platz hell und ruhig sein. Spielzeuge, Konsolen oder Handys sollten nicht in Sichtweite sein, da diese die Ablenkbarkeit erhöhen. Sind mehrere Kinder im Homeschooling, sollten diese, wenn räumlich möglich, in unterschiedlichen Räumen lernen.

3. Gehen Sie in den Austausch

Sprechen Sie mit Ihrem Kind über den Schultag. Was hat gut funktioniert, was hätte besser laufen können? Können Sie gemeinsam etwas verändern, damit das Lernen besser funktioniert?

Fragen Sie Ihr Kind auch nach konkreten Sorgen und Ängsten. Tauschen Sie sich auch mit anderen Eltern und den Lehrkräften aus. Wenn notwendig, holen Sie sich Hilfe von außen (beispielsweise durch die Schulpsychologie).

4. Erstellen Sie einen Lernplan!

Erstellen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind am Anfang jeder Woche einen Lernplan, wenn dieser nicht bereits von der Lehrkraft vorstrukturiert wird. Bringen Sie diesen gut sichtbar in der Nähe des Arbeitsplatzes Ihres Kindes an.

Setzen Sie verbindliche Tages- und Wochenziele und überlegen Sie vorher, welche Ziele realistisch sind. Überforderung sollte vermieden werden. Beziehen Sie Ihr Kind in die Planung mit ein, damit dessen Lernmotivation gesteigert wird und es sich ernstgenommen fühlt.

Planen Sie neben konkreten Start- auch konkrete Endzeiten. Lernen und Freizeit sollten bewusst getrennt werden. So sollte am Ende des Lernens der Arbeitsplatz aufgeräumt und Bücher und andere Lernmaterialien weggeräumt werden.

5. Ermöglichen Sie Pausen

Pausen sind essenziell für gelingendes Lernen. Planen sie bei der Erstellung des Lernplans unbedingt auch Pausenzeiten mit ein (abhängig vom Alter Ihres Kindes sollte alle 20-30 Minuten eine kurze Pause gemacht werden).

An die Pausen erinnern können entweder Sie oder auch ein Wecker. Die Pause sollte nicht am Arbeitsplatz verbracht werden. Für die Pause eignen sich Bewegung, ein Snack oder ein Telefonat. Ungünstig hingegen sind PC- oder Konsolenspiele, Fernsehen oder Spiele mit langer Dauer. Der Wiedereinstieg ins Lernen ist dann oft deutlich schwieriger.

6. Ermutigen und belohnen

Ermutigen sie ihr Kind und zeigen Sie Interesse an seinem Lehrerfolg. Besprechen Sie mit ihrem Kind, wie es sich bei Problemen Hilfe holen kann. Achten Sie darauf, dass es sich für erreichte Ziele belohnt (beispielsweise Spielen mit den Geschwistern oder der Familie, telefonieren, malen, Musik hören oder einem anderen Hobby). Gerade in stressigen Zeiten neigen Erwachsene und Kinder zu negativen Gedanken. Wenn Sie solche Gedanken bei sich oder ihrem Kind bemerken, versuchen Sie, diese durch ermutigende Gedanken zu ersetzen. Statt: „Hoffentlich geht es heute nicht wieder schief!“, unterstützen Sie Ihr Kind dabei positive „Selbstgespräche“ zu führen: „Wenn es heute Momente gibt, in denen ich alles hinschmeißen möchte, dann konzentriere ich mich auf das, was ich schon geschafft habe und lobe mich selbst“.

7. Ermöglichen Sie Kontakt mit Gleichaltrigen

Besonders wichtig in der Zeit des Homeschoolings ist für Ihr Kind die Aufrechterhaltung des Kontaktes zu Gleichaltrigen. Die Kinder haben hier einerseits die Möglichkeit, sich auf einer Ebene über mögliche Schwierigkeiten beim Homeschooling auszutauschen, andererseits aber auch Freizeit zu teilen. Wenn nicht anders möglich, lassen Sie ihr Kind z.B. über Videotelefonie mit einer Freundin/einem Freund sprechen.

8. Sie sind keine Lehrkraft!

Bleiben Sie in Ihrer Rolle als Mutter oder Vater und unterstützen und beraten Sie Ihr Kind, wie es nun möglichst gut seine Aufgaben erledigen und lernen kann. Welche räumliche und zeitliche Struktur ist hilfreich? Wo kann Ihr Kind jetzt am besten arbeiten? Welche Unterstützung braucht Ihr Kind für die Nutzung des Internets? Wie kann sich Ihr Kind mit Klassenkamerad*innen austauschen und über schulische Inhalte sprechen? Wann braucht Ihr Kind zusätzliche Unterstützung durch die Lehrerin bzw. den Lehrer?

9. Zusammenarbeit mit der Schule

Im Idealfall gibt es von Seiten der Schule konkrete Angebote, wie Sie als Eltern mit der Lehrkraft über das Lernen im Homeschooling sprechen können und gemeinsam mit ihr Lösungen für aufkommende Probleme suchen können. Nutzen Sie diese Angebote, halten Sie sich aber auch an die „Regeln“ und wechseln Sie von Zeit zu Zeit die Perspektive. Wie würde es Ihnen gerade als Lehrkraft gehen? Was würden Sie sich von den Eltern wünschen? Klappt die Kommunikation zwischen Ihnen und der Lehrkraft – aus welchen Gründen auch immer - nicht gut, holen Sie gerne Rat bei uns ein!

Ihr Team der