



Liebe Eltern und Erziehungsberechtigte,

vielleicht kommt Ihnen das bekannt vor: Die „Schule zuhause“ geht in eine weitere Runde, parallel sollte Homeoffice stattfinden und so allmählich geht man sich zuhause auf die Nerven... Da nützt auch die Lockerung der Ausgangsbeschränkung nicht viel, denn von Normalität im Alltag kann noch keine Rede sein. Kurzum: Die aktuelle Lage ist doch ziemlich frustrierend und Streit zuhause oft vorprogrammiert.

Auf der Suche nach Unterstützungsmöglichkeiten für Sie und die Schüler/innen im Rahmen der Jugendarbeit, hatte ich die Idee, Ihnen jede Woche einen Tipp zukommen zu lassen.

In meinem ersten „Tipp der Woche“ möchte ich Ihnen ein Instrument vorstellen, das sich sehr gut eignet, um gemeinsam Probleme zu lösen und Familienaktivitäten zu planen:

Der Familienrat

Viele Kinder kennen schon den Klassenrat oder die Morgenrunde, wo in der Schule wöchentlich die Anliegen der Klassengemeinschaft besprochen werden. Im Familienrat geschieht das gleiche zuhause. Es ist eine Versammlung aller Familienmitglieder, in der Probleme angesprochen, Wünsche geäußert und Beschlüsse gefasst werden können. Gerade jetzt, wo die Familie fast die einzige soziale Kontaktmöglichkeit bietet, lohnt es sich, darin Zeit zu investieren. Das macht das Zusammenleben für alle angenehmer!

Vorteile:

- Immer wiederkehrende Konfliktpunkte über Rechte und Pflichten innerhalb der Familie können so gemeinsam besprochen und in Ruhe diskutiert werden.
- Je mehr Mitspracherecht ein Kind im Familienrat hat und somit in die aktuelle Familiensituation einbezogen wird, desto mehr fühlt es sich angenommen und akzeptiert. Es wird eher bereit sein, Kompromisse zu schließen, denn es spürt, dass niemand in der Familie zu kurz kommt. Ganz nebenbei lernt es wichtige Kommunikationsregeln. (Quelle: <https://www.familie-und-tipps.de/Familienleben/Kinder-Familienrat.html>)

In meiner Familie findet seit 8 Wochen der Familienrat statt und wir lieben ihn alle sehr. Ich möchte Ihnen unsere Erfahrungen mit an die Hand geben:

1. Eine feste Zeit vereinbaren:

Der Familienrat sollte möglichst immer einmal in der Woche zur gleichen Zeit stattfinden. Bei uns ist das immer sonntags nach dem Frühstück.

2. Ein Protokollheft führen:

Damit keiner später behaupten kann, er hätte von nichts gewusst, werden die Themen und Beschlüsse stichpunktartig festgehalten. Vor jeder Sitzung kann der Schriftführer neu bestimmt werden.



JUGENDARBEIT: TIPP der Woche

Tina Schwarz (Dipl. Päd. Univ.), Jugendarbeit an Grundschulen



St. Gregor
Kinder-, Jugend-
und Familienhilfe

3. Kommunikationsregeln vereinbaren:

- Jeder soll zu Wort kommen, der etwas zu sagen hat und er darf dabei nicht unterbrochen werden.
- Wer jemandem gegenüber Kritik äußern möchte, tut das in einer „Ich-Botschaft“: Ich ärgere mich, wenn... Ich finde blöd, dass...
Auf diese Weise kritisiert man das Verhalten, aber nicht die Person.
- Alle achten darauf, dass die Regeln eingehalten werden.

4. Los geht's!

Ein Familienmitglied darf den Rat eröffnen. Hat man schon eine Versammlung durchgeführt, werden nochmal die wichtigsten Punkte vom letzten Mal vorgelesen und gecheckt: Wurden alle Beschlüsse eingehalten? Wenn nicht, was war das Problem?

Da unser jüngstes Ratsmitglied erst 4 Jahre ist, habe ich Symbole eingeführt, die es erleichtern sollen, bestimmte Themen anzusprechen:

- Lachender Smiley: Ich finde gut, dass...
- Trauriger Smiley: Ich finde nicht gut, dass.../Mich macht traurig, dass...
- Glühbirne: Ich habe eine besonders gute Idee
- Blume: Ich möchte mich bei jemanden entschuldigen
- Geschenk: Ich habe einen Wunsch

Die Symbole liegen in der Tischmitte und jeder der etwas sagen möchte, nimmt sich das entsprechende Bild. Bewährt hat sich, erst mal mit Lob, anzufangen. 😊

Jeder darf schildern, was die Woche gut geklappt hat, über was man sich geärgert hat, etc. Gemeinsam werden dann Lösungen für Probleme gefunden. Z. B. haben wir zusammen überlegt, wie wir mit Wutanfällen besser umgehen können. Die Idee war: Wir richten eine „Wutecke“ ein, mit vielen Kissen zum rein boxen. Ob eine Idee auch wirklich die Lösung ist, zeigt sich dann in der Praxis. Wenn sie sich nicht bewährt, kann im nächsten Familienrat nach einer Alternative gesucht werden.

Wichtig ist:

- Jede Meinung hören
- Jedes Problem ernst nehmen
- Gibt es unterschiedliche Meinungen, wird abgestimmt

Danke, dass Sie den ganzen Text gelesen haben! D. h., Sie haben an der Umsetzung Interesse? Für Fragen stehe ich gerne bereit. Ich freue mich aber auch über Rückmeldungen oder weitere Anregungen: schwarz.tina@st-gregor.de

Ich wünsche Ihnen Gesundheit und weiterhin gutes Durchhalten!

Herzliche Grüße, Tina Schwarz



JUGENDARBEIT: TIPP der Woche

Tina Schwarz (Dipl. Päd. Univ.), Jugendarbeit an Grundschulen



St. Gregor
Kinder-, Jugend-
und Familienhilfe

