

Elternbrief – Elternsein in Zeiten von Corona – April 2020

Liebe Eltern,

als **Dekanatsbeauftragte für Schulpastoral** im Kath. Dekanat Mosbach-Buchen möchte ich mich mit einem Brief an Sie wenden. Seit nun 2 Wochen sind die Schulen und die Kitas geschlossen. Der Frühling ist da, Frühlingsblumen duften, Bäume stehen in voller Blüte. Die Osterferien sind geplant. Es könnte sooooo schön sein. Leider kommt in diesem Jahr alles anders. Sie als Eltern machen vermutlich Home-Office, vielleicht bald Kurzarbeit. Oma und Opa sollen nicht mehr besucht werden und draußen spielen geht nur noch zu zweit. Ist das nicht eine verrückte Welt? Das Coronavirus stellt uns vor große Herausforderungen. Es verändert unseren Alltag von Grund auf – besonders für Sie, die mit Kindern und Jugendlichen zusammenleben ist plötzlich – alles ganz anders. Da kommen viele Fragen auf. Wie können Sie mit Unsicherheit, Ihrer Furcht und Ihren Ängsten umgehen? Und wie können Sie Ihre Kinder bestmöglich bei ihren Fragen und Ängsten begleiten? Wie können Sie unter diesen eingeschränkten Bedingungen die Zeit mit Ihren Kindern sinnvoll gestalten? In den vergangenen Tagen habe ich für Sie einige hilfreiche Links, Anregungen und Adressen zusammengestellt, die ich Ihnen auf diesem Weg gerne mitgeben möchte:

- Aus der Reihe „**ElternWissen**“, hat der AGJ* ein digitales Sonderheft mit dem Titel „**ElternWissen in Zeiten von Corona - Papa, gell, der Corona-Virus ist rot und hat Zacken!**“ **Alma, 4 Jahre** erarbeitet.
(Siehe Anhang) * AGJ-Fachverband für Prävention und Rehabilitation in der Erzdiözese Freiburg e. V

Mit Ihren Kindern darüber sprechen – aber wie? Kinder verstehen vielleicht noch nicht alles, aber sie spüren und realisieren sehr gut, wenn etwas anders ist als sonst. Sie merken, wenn Eltern sich Sorgen machen, Angst haben oder unsicher sind. Es ist wichtig, mit ihnen über die aktuelle Situation zu sprechen.

- **Coronavirus (COVID-19) : Wie soll man mit Kindern darüber sprechen?**

8 Tipps: Wie Sie Ihr Kind beruhigen und schützen können

1. Sprechen Sie mit Ihrem Kind über das Coronavirus und hören Sie ihm zu
2. Seien Sie ehrlich - erklären Sie auf kindgerechte Weise
3. Zeigen Sie Ihrem Kind, wie es sich schützen kann
4. Beruhigen Sie ihr Kind
5. Finden Sie heraus, ob Ihr Kind Stigma oder Vorurteile erlebt
6. Erzählen Sie Heldengeschichten
7. Achten Sie gut auf sich selbst!
8. Achten Sie darauf, wie das Gespräch auf Ihr Kind wirkt

Nachlesen können Sie diese Tipps bei UNICEF unter:

www.unicef.de/informieren/aktuelles/blog/coronavirus-acht-tipps-mit-kindern-darueber-zu-sprechen/212392

- **Das Coronavirus Kindern einfach erklärt**

www.youtube.com/watch?feature=youtu.be&v=kU4oCmRFTw&app=desktop

- **Informationen in verschiedenen Sprachen:**

Offizielle Informationen zum Corona-Virus gibt es auch auf Türkisch, Arabisch in vielen anderen Sprachen

www.integrationsbeauftragte.de/ib-de/amt-und-person/informationen-zum-coronavirus

Zeigen Sie Ihrem Kind, dass Sie immer für es da sind. Nehmen Sie sich die Zeit. Geben Sie Ihrem Kind die Möglichkeit, mit Ihnen zu reden und die Ängste zu bearbeiten und zu gestalten (z.B. Steine bemalen und ablegen/Bild gestalten „Wie sieht die Angst aus? Was braucht die Angst damit sie kleiner werden kann?“). Wichtiger als die Lernzeiten für Kinder wird sein, wie sie sich in dieser Zeit gefühlt haben, wie sie mit ihren Sorgen und Ängsten umgehen konnten. Wichtig ist, dass sie psychisch gesund durch diese Krise gehen können.

Außerdem kann die aktuelle Krisensituation für manche Kinder, wie auch für uns Erwachsene, zur Anfrage bisherigem Glaubensverständnis werden. Fragen wie: Warum lässt Gott das zu? Warum zaubert Gott den Virus nicht einfach weg? Warum hat er den Virus überhaupt entstehen lassen und nicht verhindert? Viele Fragen, die auch uns an unser Zweifeln und Suchen nach Antworten mithinein nehmen. Gut tun vor allem Abendrituale mit Ihren Kindern, am Bett sitzen und noch mal den Tag durchgehen, was heute alles los war. Dazu kann es auch gehören, sich mit den Kindern Gott anzuvertrauen. Albert Biesinger, Religionspädagoge aus Tübingen, gibt dazu einige Tipps:

- **Wie Kinder sich durch die Corona-Krise beten können / Religionspädagoge Albert Biesinger gibt Tipps**

<https://www.katholisch.de/artikel/24987-wie-kinder-sich-durch-die-corona-krise-beten-koennen>

Wer große Angst und viele Sorgen hat, wer dringend jemand zum Reden braucht, der kann anonym und kostenfrei anrufen unter:

- Für Kinder und Jugendliche gibt es die **Nummer gegen Kummer**: Telefon: **116 111** oder online (www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html)
- Erwachsene erreichen die **Telefonseelsorge** unter den Telefon-Nummern: **0800/111 0 111** oder **0800/111 0 222** oder **116 123** auch hier gibt es ein Mail- und Chat-Angebot (www.telefonseelsorge.de)
- **Muslimische Telefonseelsorge** gibt es unter der Nummer: **030443509821** und online (www.mutes.de/home.html)
- das Hilfetelefon **Gewalt gegen Frauen** ist unter der Nummer: **08000 – 116 016** zu erreichen und auch online (www.hilfetelefon.de)

Sie haben auch die Möglichkeit, ein Gespräch an Ihrer Schule mit Ihrer jeweiligen Schulseelsorger*in und Religionslehrer*in zu suchen. Gerne können Sie sich auch direkt an mich wenden (i.gimber@gs-diedesheim).

Ich werde versuchen, zeitnah zu antworten und rufe Sie auch gerne zurück. Im Vertrauen auf die fürsorgende, wie auch stärkende und liebende Begleitung Gottes wünschen ich Ihnen die nötige Geduld, Gelassenheit und Kraft. Bleiben Sie wohl behütet und gesund. Es grüßt Sie herzlichst aus dem Home-Office

Irene Gimber, Kath. Religionslehrerin, Schulseelsorgerin und Dekanatsbeauftragte für Schulpastoral