

Staatliches Schulamt
Frankfurter Straße 20-22, 35781 Weilburg

Aktenzeichen

Bearbeiter/-in
Durchwahl Herr Scholz / Herr Feth
06471 / 328 - 255

E-Mail michael.scholz@kultus.hessen.de

Ihr Zeichen
Ihre Nachricht

Datum 20. März 2020

An die
Eltern bzw. Erziehungsberechtigten
aller Schülerinnen und Schüler in den
Kreisen Lahn-Dill und Limburg-Weilburg

Liebe Eltern und Erziehungsberechtigte,

die durch das Corona-Virus hervorgerufene Situation betrifft uns alle: Die Schülerinnen und Schüler dürfen die Schulen nicht mehr besuchen und auch für viele Eltern ist der Arbeitsalltag in seiner gewohnten Art und Weise unterbrochen. Für Familien stellt dies eine große Herausforderung dar, weil gewohnte Alltagsabläufe und Strukturen nicht mehr vorhanden sind.

Wir wissen nicht, welche Maßnahmen in den kommenden Tagen und Wochen noch getroffen werden und wie lange diese Ausnahmesituation anhalten wird. Daher haben wir einige hilfreiche Hinweise aus schulpsychologischer Sicht für Sie zusammengestellt:

Jedes Kind, jede und jeder Jugendliche reagiert auf belastende und verunsichernde Situationen anders. Manche spüren körperliche Symptome wie Müdigkeit, Kopf- und Bauchschmerzen oder Appetitverlust. Manche sind ängstlich, verunsichert oder nervös und reizbar. Andere wiederum haben Ein- und Durchschlafprobleme. Es gibt aber auch eine sehr große Anzahl von Kindern und Jugendlichen, die sich gut an die neue Situation anpassen können und wenig Belastung erleben.

Sie können für sich und ihr Kind einiges tun. Zeigen Sie Zuversicht, Ruhe und Verantwortungsbewusstsein in Ihren Worten und Taten:

- **Geben Sie Ihrem Kind eine feste Tagesstruktur** mit ausgewogenen Aktivitäten (Lern- Medien- und Spielzeiten), regelmäßigen gemeinsamen Mahlzeiten und Schlafenszeiten. Auch Jugendliche profitieren von einer festen Struktur. Planen Sie den Tag oder die Woche gemeinsam (z.B. mithilfe von einem Übersichtsplan oder Kalender, den sie gemeinsam gestalten). Auch Ihnen als Eltern gibt ein strukturierter Tagesablauf in dieser Situation Sicherheit und erspart manche Diskussion.
- **Ihr Kind hat von unseren Schulen Aufgaben erhalten oder bekommt diese fortlaufend zugesendet.** Versuchen Sie diese Lernangebote fest in der Tagesstruktur zu verankern. Für Kinder und Jugendliche bleibt so ein Teil Ihrer Alltagsrealität erhalten – dies gibt Stabilität. Sollte ihr Kind überfordert reagieren oder das Pensum nicht bewältigen können, bleiben Sie geduldig und wenden Sie sich gegebenenfalls an die entsprechenden Lehrkräfte, die für Rückfragen gerne zur Verfügung stehen. Bedenken Sie, für Ihr Kind ist dies eine neue Lernsituation und es braucht unter Umständen etwas Zeit, um nach und nach besser selbständig lernen und arbeiten zu können.

- **Ihr Kind kann von Ihnen lernen, mit der schwierigen Situation besonnen umzugehen.** Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, was Ihnen selbst in belastenden Situationen geholfen hat. Sie können als Familie sammeln, was jedem Familienmitglied guttut (z.B. Individualsport, lesen, Katze streicheln, Musik, telefonieren etc.) und schreiben dies z.B. auf ein großes Blatt Papier. So erhalten Sie eine bunte Auswahl an Verhaltensmöglichkeiten. Auch Sie als Eltern bekommen darüber wieder Kontakt zu Ihren eigenen Stärken.
- **Verdeutlichen Sie den Kindern und Jugendlichen, dass sie durch die Einhaltung der empfohlenen Maßnahmen einen wichtigen Beitrag für die Gesellschaft leisten.** In diesem Bewusstsein wird es Ihnen selbst und den Kindern und Jugendlichen leichter fallen, die Verhaltensregeln einzuhalten. Schränken Sie also Begegnungen insgesamt und auch unter Kindern und Jugendlichen sehr stark ein und ermöglichen Sie Kontakte möglichst ausschließlich per Telefon oder mithilfe der sozialen Medien. Achten Sie auf die Einhaltung der Hygieneregeln. Seien Sie auch hier Vorbild. Erklären Sie die Bedeutung aller Maßnahmen altersangemessen. Sprechen Sie dabei so mit Ihrem Kind, dass es die Dinge verstehen kann.
- **Informieren Sie sich über Aktuelles nur auf seriösen, vertrauenswürdigen Seiten,** z.B. auf der Seite des Robert-Koch-Instituts (www.rki.de oder <https://www.hessen.de/>). Besprechen Sie mit Ihrem Kind nicht alles, was vielleicht eintreten könnte, um es nicht zu verunsichern. Beschützen Sie Ihr Kind vor unnötig beunruhigenden Bildern aus dem Fernsehen und dem Internet.

Die derzeitige Situation kann für Sie zu Hause zu besonderen Belastungen führen. Bitte nutzen Sie das telefonische Beratungsangebot der Schulpsychologie im Staatlichen Schulamt in Weilburg.

Telefonisches Beratungsangebot der Schulpsychologie:

Frau Alswede

Zeiten: 08:30 Uhr bis 11 Uhr
06471-328234

Herr Feth

Zeiten: 08:30 Uhr bis 12 Uhr und 13.30 Uhr bis 15.30 Uhr
06471-328288

Herr Koch

Zeiten: 08:30 Uhr bis 12 Uhr und 13.30 Uhr bis 15.30 Uhr
06471-328281

Herr Dr. Kuhn

Zeiten: 08.30 Uhr bis 12 Uhr und 13.30 Uhr bis 15.30 Uhr
06471/ 328273

Herr Dr. Obermeyer

Zeiten: 08:30 Uhr bis 12 Uhr und 13.30 Uhr bis 15.30 Uhr
06471-328165

Frau Schaefers

Zeiten: 08:30 Uhr bis 12 Uhr und 13.30 Uhr bis 15.30 Uhr
06471/ 328279

Frau Weber

Zeiten: 08:30 Uhr bis 11 Uhr
06471/ 328257

(für Eltern sowie Schülerinnen und Schüler aus dem Lahn-Dill-Kreis und dem Landkreis Limburg Weilburg)

Ich wünsche Ihnen in dieser Situation viel Kraft und Durchhaltevermögen.
Bleiben Sie vor allem gesund.

Mit freundlichen Grüßen



Michael Scholz
Leitender Regierungsdirektor
- als Leiter eines Staatlichen Schulamtes -