

Eltern

Briefe

INHALT

6 Jahre 8 Monate

- 1 Erste Pflichten
- 3 Die Klassengemeinschaft
- 4 Die neuen Freunde
- 6 Eltern reden mit
- 8 Teilleistungsstörungen
- 9 Wie viel TV/PC darf sein?
- 11 Entspannung für Kinder
- 13 Wo kommen die Babys her?
- 14 Arbeitslosigkeit und Geldsorgen

Gemeinsam geht's besser!

Ihr Kind ist jetzt ein Schulkind. Es kann Aufgaben übernehmen, bestimmte Dinge alleine regeln und braucht Sie nicht mehr zur täglichen Begleitung. In der Schule hat es neue Freunde gewonnen und sich hoffentlich gut in die Klasse eingelebt. Auch Sie sind Teil der Schulgemeinschaft geworden. Sie treffen sich vielleicht mit anderen Eltern, helfen beim Sommerfest oder backen Kuchen fürs Klassenfrühstück. Auch in der Familie erlebt Ihr Kind Gemeinschaft, und das nicht nur bei Familienfesten, sondern auch in Krisen. Denn auch da von kann Ihr Kind profitieren: Es lernt, dass sich Schwierigkeiten zusammen besser meistern lassen, denn gemeinsam ist man stärker als allein!



Die ersten
kleinen Pflichten
zu Hause.

Ihr Kind hat wahrscheinlich von klein auf gerne einmal im Haushalt „geholfen“: beim Kochen, Putzen oder Bettenmachen. Aber das waren eher nur gelegentliche Aktionen, die es unter Ihrer **Anleitung** ausgeführt hat.

Als Grundschulkind ist es nun in der Lage, **eigenständig** und **regelmäßig** Aufgaben im Haushalt zu übernehmen. Es kann zum Beispiel die Pflanzen in seinem Zimmer gießen, beim Abtrocknen helfen oder den Tisch decken.

- Lassen Sie Ihr Kind eine Aufgabe **zu Ende führen**, auch wenn es länger dauert. Wenn Sie es selbst machen, damit es schneller geht, nehmen Sie Ihrem Kind das Erfolgserlebnis.
- Lassen Sie Ihr Kind die Pflichten **mitbestimmen**. So lernt es, Verantwortung zu übernehmen. Das stärkt sein Selbstbewusstsein und fördert den **Zusammenhalt in der Familie**. Allerdings sollten auch wirklich alle Familienmitglieder ihren Teil zur Hausarbeit beitragen. Wenn einer, ob Elternteil oder Geschwisterkind, sich hier völlig ausklinkt, ist es schwer, Kinder zur Mithilfe zu motivieren.
- Zeigen Sie Ihrem Kind **Anerkennung**, wenn es seine Arbeiten erledigt. Loben Sie es, be-

lohnen Sie es aber **nicht mit Geld**. Wenn es einmal besonders fleißig oder tüchtig war, können Sie eine kleine Belohnung anbieten: etwa, dass es sich sein Lieblingsessen wünschen darf, oder dass Sie ihm länger als sonst vorlesen.

- Vermeiden Sie es, Ihr Kind zu überfordern. Seine Aufgaben sollten **weder zu schwierig noch zu umfangreich** sein. Denn es braucht neben der Schule auch noch **Zeit zum Spielen**.

Mit etwas Augenmaß werden Sie es sicher schaffen, Ihr Kind in die Alltagspflichten, die in einer Familie eben so anfallen, einzubinden und ihm das Gefühl zu geben, ein **wichtiger Teil** des Ganzen zu sein.

Es tut einem Kind gut zu spüren, dass seine Mithilfe nützlich ist.



© Daria Obymaha / Pexels.com

Die Klassengemeinschaft

Fühlt sich Ihr Kind eigentlich wohl in seiner Klasse? Das ist wichtig, denn wenn es ihm in der Gemeinschaft seiner Klasse gut geht, wird es auch gern zur Schule gehen. Ein gutes Klassenklima zeigt sich an der Art, wie Schüler innerhalb der Klasse miteinander umgehen. Kleinere Streitigkeiten können von den Kindern selbst beigelegt werden. Es herrscht eine nicht allzu hohe Lautstärke während des Unterrichts. Der Lehrer hat ein gutes Vertrauensverhältnis zur Klasse, kümmert sich um sie und ist bereit, bei Problemen mit den Schülern zu sprechen.

Ihr Kind muss seinen Platz in der Klasse erst finden.

Klassengemeinschaft ist jedoch nicht gleich Freundschaft. Ihr Kind hat sicherlich Mitschülerinnen oder Mitschüler, die es besonders gut leiden mag, die vielleicht sogar Freunde sind. Mit den anderen versteht es sich mehr oder manchmal auch weniger gut.

Vielleicht möchte Ihr Kind einmal den Banknachbarn tauschen. Oft nutzt auch die Lehrkraft eine **Veränderung der Sitzordnung**, um die Klasse neu zu strukturieren. Das hat den Vorteil, dass die Kinder andere Mitschüler besser kennenlernen. Wenn Ihr Kind gerne seinen Platz wechseln würde, sollte es ruhig selbst mit der Lehrkraft sprechen.

Oft haben auch schon in der Grundschule die Klassen einen oder zwei **Klassensprecherinnen** oder **Klassensprecher**, die von den Schülern gewählt werden. Sie

sollen die Interessen der Mitschüler vertreten, aber auch **Vorbild** sein und bei Konflikten versuchen zu schlichten.

Aktivitäten außerhalb des regulären Unterrichts wie etwa Bastelnachmittage, Schulausflüge oder auch Schulfeste fördern das bessere Kennenlernen und den **Zusammenhalt** in der Klasse. Lassen Sie Ihr Kind daran teilnehmen. Es wird dabei bestimmt Spaß haben und zugleich seinen **Platz in der Klassengemeinschaft** finden.

Manchmal kann es bei Ausflügen nötig werden, dass noch weitere Begleitpersonen mitkommen. Vielleicht haben Sie Zeit und Lust dazu! So haben Sie die Chance, Ihr Kind mit seinen Schulkameraden zu erleben. Auch seine Lehrkraft lernen Sie **besser kennen**.

Die neuen Freunde

In der Schule lernt Ihr Kind viele neue Kinder kennen. Im Hort oder in der Mittagsbetreuung kommen noch weitere neue Kontakte hinzu. Das Zusammensein mit so vielen Kindern und das gemeinsame Lernen sind eine große Herausforderung für Sechsjährige. Auch für Sie als Eltern ist es vielleicht nicht so einfach, Ihr Kind so vielen verschiedenen neuen Einflüssen ausgesetzt zu sehen.

Im Kindergarten kennen sich die Eltern in der Regel untereinander. Und sie vereinbaren, wann und wo ihre Kinder sich treffen oder besuchen. In der Schule nehmen die Kinder diesbezüglich das Heft zunehmend **selbst in die Hand**: Sie als Eltern haben kaum mehr Einfluss darauf, mit wem Ihr Kind sich anfreundet. Es lernt zum Beispiel Kinder kennen, die den Großteil ihrer freien Zeit mit Fernsehen und Computerspielen verbringen. Es trifft auf Kinder, die zu Hause besonders schwierige Probleme haben. Und es wird auch Kindern begegnen, die besonders begabt sind oder sonst auf irgendeine Weise hervorstechen.

Hier müssen Sie als Eltern wieder ein Stück **loslassen**. Ihr Kind wird von nun an seine Freunde selbst auswählen. Was nicht heißt, dass es Sie nicht **interessieren** sollte, mit wem Ihr Sohn seine freie Zeit verbringt, wen Ihre Tochter „toll“ findet und mit wem sie befreundet sein will.

Die Freunde Ihres Kindes werden nicht immer nach Ihrem Geschmack sein.

- **Freuen** Sie sich, wenn Ihr Kind neue Kontakte knüpft!
- **Hören Sie Ihrem Kind zu**, wenn es von seinen Klassenkameraden erzählt. Sie erfahren dabei auch viel über Ihr Kind.
- Erlauben Sie Ihrem Kind, neue Freundinnen und Freunde **zu sich einzuladen**.
- Wenn Ihr Kind einen Klassenkameraden besuchen möchte, den Sie nicht kennen, können Sie es beim ersten Mal dorthin begleiten und bei der Gelegenheit auch kurz **seine Eltern kennenlernen**.
- Sie können mit Ihnen unbekanntem Eltern auch kurz telefonieren, bevor Ihr Kind erstmals einen Nachmittag in deren Familie verbringt. **Informieren Sie die anderen Eltern** auch unbedingt darüber, wenn Ihr Kind an Nahrungsmittelallergien, Diabetes oder ähnlichem leidet.

- Seien Sie nicht zu **kritisch** mit den Freunden Ihres Kindes. Ihr Kind ist stolz, wenn es Kontakte mit anderen Kindern aufbauen kann. Es kann in Bedrängnis kommen, wenn Sie seine Freunde **schlechtmachen**.
- Wenn Sie Bedenken haben, Ihr Kind zu einem bestimmten Schulfreund gehen zu lassen, weil dieser zum Beispiel unbeaufsichtigt zu Hause ist, schlagen Sie vor, diesen Freund zu Ihnen **nach Hause** einzuladen oder sich auf dem Spielplatz zu verabreden.
- Wenn andere Eltern Ihrer Ansicht nach zu großzügig mit Fernsehen und Computerspielen umgehen und Ihr Kind dort hauptsächlich nur vor dem Bildschirm sitzt, suchen Sie das **Gespräch**. Erklären Sie den anderen Eltern möglichst ohne Vorwurf, dass Ihr Kind diese Medien **nur begrenzt** nutzen darf. Versuchen Sie gemeinsam, einen **Kompromiss** zu finden.

Auch bei Besuchen bei Freunden sollte die Zeit vor dem Bildschirm begrenzt sein.



© sharpemtbr/Pixabay.com

Eltern reden mit

Die Schule ist der neue Mittelpunkt im Leben Ihres Kindes. Während Sie im Kindergarten noch ziemlich nahe am Geschehen waren, ist das in der Schule nun anders. Der Lehrerin werden Sie nur noch selten begegnen und Gespräche werden sich nicht mehr zufällig ergeben. Um den Eltern dennoch die Kontaktaufnahme zu ermöglichen, gibt es an jeder Schule Elternabende. Der erste findet in der Regel kurz nach Schuljahresbeginn statt, ein weiterer nach Bedarf.

Auch wenn der **Infoabend** für Sie zeitlich ungünstig liegt, sollten Sie versuchen, möglichst **beide** daran teilzunehmen. Nehmen Sie als Vater und Mutter diese Aufgabe gemeinsam wahr, damit sich künftig nicht nur einer von Ihnen für den Bereich Schule zuständig fühlt. Die Lehrer bieten in der Regel wöchentliche **Sprechstunden** an, die oft auch flexibel gehandhabt werden, wenn Sie an den festgelegten Terminen keine Zeit haben. Sprechen Sie mit den Lehrern Ihres Kindes und **halten Sie Kontakt**. Letztendlich kommt das Ihrem Kind zugute. Wenn Sie den ersten Termin als Eltern gemeinsam absolvieren, können Sie sich in der Folgezeit auch abwechseln. So weiß jeder von Ihnen, was in der Schule gerade los ist. Bei den Elternabenden lernen Sie nicht nur die Lehrerin Ihres Kindes besser kennen, sondern Sie gewinnen auch **Einblicke in den Schulalltag**. Sie erfahren, was in dem laufenden Schuljahr an Projekten,

Ausflügen und sonstigen Unternehmungen ansteht. Und Sie lernen **die anderen Eltern** kennen. Dort begegnen Sie vielleicht den Eltern der neuen besten Freundin Ihrer Tochter oder Sie erfahren, dass der Tischnachbar Ihres Sohnes gerne mehr Kontakt zu Ihrem Sohn hätte.

In vielen Klassen initiieren Eltern außerhalb der Schule einen sogenannten **Elternstammtisch**. Dieser ermöglicht einen ungezwungenen und persönlicheren **Kontakt zu anderen Eltern**. Dort erfahren Sie Aktuelles aus der Klasse, wie die anderen Kinder mit ihren Hausaufgaben zurechtkommen oder ob es andere Schwierigkeiten und Probleme gibt, von denen Sie möglicherweise nichts wissen.

Weitere offizielle Termine sind die **Elternsprechtage**, die zweimal im Schuljahr stattfinden. Dort erfahren Sie im persönlichen Ge-

Halten Sie den Kontakt mit den Lehrkräften.

Wie verhält
sich Ihr Kind im
Unterricht?

spräch mit der Lehrkraft, wie Ihr Kind in der Klasse zurechtkommt. Die Lehrerin wird Sie über die Leistungen, aber auch die Besonderheiten Ihres Kindes informieren. Vielleicht kann sich Ihr Kind schlecht konzentrieren oder ist hibbelig? Vielleicht hat es eine besondere Begabung, die man fördern sollte? Sollte Ihr Kind weiterreichende Probleme haben, suchen Sie – in Absprache mit dem Klassenlehrer – das Gespräch mit der **Schulpsychologin**.

Wenn Sie noch genauer erfahren wollen, was in der Schule gerade aktuell ist, wenn Sie Projekte auf den Weg bringen oder Feste mit organisieren wol-

len, dann sind Sie im **Elternbeirat** richtig. Zu Beginn eines jeden Schuljahres wird in jeder Klasse ein **Klassenelternsprecher** gewählt. Diese Vertreter können sich dann in den Elternbeirat wählen lassen. Die Tätigkeit eines Elternbeirats ist **ehrenamtlich** und kann streckenweise auch zeitaufwendig sein. Engagieren Sie sich deshalb nur, wenn Sie wirklich ein ganzes Schuljahr über die Zeit und Energie aufbringen können. Doch es **lohnt sich**: Sie werden die Schule Ihres Kindes aus einer ganz anderen Perspektive sehen. Die meisten Kinder sind sogar ziemlich stolz, wenn ihre Eltern sich im Elternbeirat engagieren. (Auch wenn sie es nicht zugeben.)



Was macht eigentlich ein Elternbeirat?

Der Elternbeirat ist ein Gremium in der Schule, das

- zwischen Eltern und Lehrern vermitteln und das Vertrauensverhältnis stärken soll,*
- die Interessen der Eltern hinsichtlich der Bildung und Erziehung ihrer Kinder zu vertreten hat,*
- die Elternschaft über die Belange der Schule informiert,*
- die Wünsche und Vorschläge der Eltern an die Schulleitung weitergibt,*
- bei der Festlegung eines unterrichtsfreien Tages berät,*
- hinsichtlich der Verwendung von Lernmitteln berät,*
- Vorschläge für Projekttag einbringt, Schulfeste organisiert usw.*

Die Teilleistungsstörung

Von einer Teilleistungsstörung spricht man, wenn ein Kind in einem ganz bestimmten Bereich seiner normalen Entwicklung hinterherhinkt. Hat ein durchschnittlich intelligentes Kind beispielsweise Probleme beim Lesen und Schreiben, bezeichnet man dies als Legasthenie (siehe Elternbrief 28). Andere Teilleistungsstörungen sind die Rechenstörung (Dyskalkulie, siehe Elternbrief 29) sowie Sprach- oder Bewegungsstörungen.

Gründe für Teilleistungsstörungen vermuten Wissenschaftler in **Entwicklungs- und Reifungsstörungen** im Zentralen Nervensystem oder im Gehirn, **Wahrnehmungsstörungen** oder auch **Störungen in der Reizverarbeitung**.

Wenn sich Ihr Kind in der ersten Klasse **schwertut**, müssen Sie allerdings nicht gleich befürchten, es könnte eine Teilleistungsstörung haben. Viele Kinder brauchen anfangs **viel Zeit**, um lesen, schreiben und rechnen zu lernen, und von einer Rechtschreibschwäche kann man im ersten Schuljahr ohnehin noch nicht sprechen, weil korrekte Rechtschreibung erst **viel später** erlernt wird.

Korrekte Rechtschreibung ist in der ersten Klasse noch nicht nötig.

Anders ist es bei der Sprachentwicklungsstörung, einer Wahrnehmungsstörung oder einer motorischen Störung. Hier wäre es gut, wenn Ihr Kind **möglichst früh** Unterstützung und Förderung erhält. Sprechen Sie mit Ihrem Kinderarzt oder der Kinderärztin. Sie können Ihr Kind richtig einschätzen und verordnen zum Beispiel **Logopädie** zur Behebung von Sprachstörungen, **Physiotherapie** zur Förderung des Bewegungsapparates oder **Ergotherapie** zur Behandlung von Wahrnehmungsstörungen oder feinmotorischen Entwicklungsrückständen.



Wie viel TV/PC darf sein?

Unsere Kinder sind Medienexperten. Die Entwicklung in diesem Bereich ist so rasant, dass wir Erwachsenen da oft kaum mehr mithalten können. Deshalb fällt es uns auch schwer zu beurteilen, wie viel Zeit vor dem Bildschirm sinnvoll ist, und ab wann man besser einen Riegel verschieben sollte, indem man die Zeit davor begrenzt.

Je besser Ihr Kind lesen und schreiben lernt, umso interessanter wird auch das **Internet**. Wenn es ins Netz will, helfen und begleiten Sie es dabei auf jeden Fall. Suchen Sie Seiten, die **für Kinder geeignet** sind. Kinder im Grundschulalter sollten nur in besonders **geschützten Bereichen** surfen, die keine unkontrollierten Weiterverlinkungen ins world wide web (www) haben.

Es gibt für Computer und Tablet die verschiedensten **Lernprogramme und Lern-Apps** speziell für Kinder, die zum Beispiel die Schulleistung steigern sollen. Ihr Gebrauch allein verbessert die Noten in aller Regel jedoch nicht.

Mit **Spiele für Konsole, Computer, Handy oder Tablet** kommen Kinder meist durch ältere Geschwister oder Freunde in Berührung. Bei den angebotenen Spielen geht es oftmals um Tempo und Geschicklichkeit, schnelle Wahrnehmung und Kombinationsfähigkeit. Hier ist es wich-

tig, auf die **Altersfreigabe** der Spiele zu achten. Doch bedenken Sie: Die Altersfreigabe bezeichnet in der Regel nur das Mindestalter, ab dem ein Kind ein Spiel ohne Gefährdung und ohne Schaden zu nehmen spielen kann. Ob es für das Kind generell geeignet oder gar **pädagogisch wertvoll** ist, steht auf einem anderen Blatt. Außerdem hängt es auch von der **Benutzungsdauer** ab, wann für ein Kind schädliche Effekte eintreten.

Fernsehen ist das Medium, das bei den Eltern am meisten verbreitet ist. Kinder sehen leider viele Sendungen, die nicht für sie gemacht sind, zum Beispiel Vorabendserien, bei denen auch Gewalt oft eine große Rolle spielt. Deshalb ist es wichtig, darauf zu achten, was Sie in Anwesenheit Ihrer Kinder anschauen! Bedenken Sie, dass Kinder **Ihr Fernsehverhalten nachahmen**.

*Ihr Kind übernimmt
Ihr Fernsehverhalten.*

Hilfreich ist es, eine Auswahl an guten **Kinderfilmen** auf DVD anzuschaffen, oder sich bei einer der diversen Streamingplattformen einen Kinderaccount anzulegen. Zum einen haben Sie als Eltern damit unter Kontrolle, was Ihr Kind sieht, zum anderen ist Ihr Kind **weniger Werbung** ausgesetzt. Auch hier ist es wichtig, auf die Altersfreigabe zu achten.

Das Fernsehen wird von Eltern manchmal auch benutzt, damit ihre Kinder endlich einmal **Ruhe geben**. Die vielen Bilder, die die Kinder dabei aufnehmen, beschäftigen das Gehirn jedoch noch lange nach dem Ausschalten und können, wenn zu viel geschaut wird, **Schlafstörungen** verursachen.



Wie viel Zeit vor dem Bildschirm darf denn nun sein? **Eine halbe bis eine Stunde pro Tag** halten Pädagogen und Medienexperten für Grundschüler für vertretbar. Aber in dieser Zeitspanne wird **entweder** geschaut **oder** gespielt **oder** gesurft. Mehr Zeit sollte mit elektronischen Medien nicht verbracht werden. Die Zeit, die Ihr Kind vor dem Fernsehgerät, der Spielkonsole oder dem Computer sitzt, fehlt ihm für wichtige Entwicklungsaufgaben:

Ihr Kind muss sich **bewegen**, am besten an der frischen Luft. Es braucht Gelegenheit zum Spielen, Laufen, mit seinen Händen Dinge (be)greifen, zum Tüfteln, Bauen und Basteln. Ihr Kind lernt, zu lesen und sich immer besser auszudrücken. Es soll sich **mit anderen Kindern austauschen**, sich auseinandersetzen, streiten und wieder versöhnen – alles Dinge, die man vor dem Fernseher **nicht lernen** kann und die auch das tollste PC-Lernprogramm nicht vermittelt.

*Durch abendliches
Fernsehen können
Kinder schlechter
einschlafen.*

Entspannung für Kinder

Ist Ihr Kind oft einmal unausgeglichen und angespannt? Kann es abends schlecht einschlafen und zur Ruhe finden? Ist es hibbelig, kaut an den Fingernägeln und zupft dauernd an sich herum? Gerade bei Schulanfängern ist Nervosität manchmal ein Problem. Wenn Sie den Eindruck haben, dass Ihr Kind schwer zur Ruhe kommt, dann schauen Sie sich erst einmal kritisch seinen Alltag an.

Gibt es viel Hektik und Stress in Ihrer Familie, zum Beispiel am Morgen oder abends vor dem Schlafengehen? Sorgen Sie für mehr **Zeit und Ruhe** und einen geregelten Ablauf im Alltag.

Hat Ihr Kind Probleme in der Schule, gibt es familiäre Probleme, die ihm Sorgen bereiten? **Sprechen** Sie mit Ihrem Kind darüber!

Sitzt Ihr Kind mehr als eine Stunde täglich vor dem Fernsehgerät, dem Computer oder der Spielkonsole? Schränken Sie den Medienkonsum **deutlich ein**.

Hat Ihr Kind zu viele Termine? Flötenunterricht, Fußballtraining, Ballett: Förderung ist wichtig, aber zu viele Termine können Kinder **überfordern**.

»Entschlacken« Sie die Freizeitaktivitäten.

Hat Ihr Kind genug Bewegung und frische Luft? Lassen Sie Ihr Kind so oft wie möglich **draußen spielen**.

Darf Ihr Kind auch mal Langeweile haben? Keine Sorge – aus **Langeweile** entstehen oft die schönsten Spielideen.

Wenn Ihr Kind trotz eines geregelten, nicht übermäßig aufreibenden Alltags oft unruhig und erschöpft ist oder schlecht schläft, können Sie ihm durch ganz gezielte Unterstützung helfen (siehe Kasten S. 12).

Wenn Ihr Kind **trotz aller Unterstützung** immer noch angespannt und nervös ist, sollten Sie in jedem Fall mit Ihrem Kinderarzt sprechen. Auch bei einer Erziehungsberatungsstelle oder Kinder- und Jugendpsychotherapeutin kann Ihrem Kind weitergeholfen werden.

Damit kann sich Ihr Kind entspannen

Mandalas

Mandalas sind geometrisch aufgebaute, kreisförmige Malvorlagen. Die meisten Kinder lieben es, sie auszumalen. Die Konzentration auf das Mandalamotiv fesselt die Aufmerksamkeit und befreit von Alltagsgedanken, sodass man dabei zur Ruhe kommen kann. Viele können aus dem Internet kostenlos heruntergeladen werden. Es gibt aber auch entsprechende Malbücher zu kaufen.

Autogenes Training oder Yoga für Kinder

werden von den Krankenkassen oder von Bildungseinrichtungen wie etwa Volkshochschulen oder Bildungswerken angeboten. Die Kurse sind sicherlich sinnvoll – andererseits bedeuten sie einen weiteren Termin pro Woche für Ihr Kind (und auch für Sie, weil Sie es ja hinbringen und wieder abholen müssen).

Fantasie- oder Traumreisen

Diese Formen der Entspannung sind für Kinder sehr geeignet. Es gibt Bücher mit Traumreise-texten, die Sie Ihrem Kind zum Beispiel statt einer Gute-Nacht-Geschichte vorlesen können. Wichtig ist, dass Sie das langsam tun, damit Ihr Kind dabei zur Ruhe kommt.

Es gibt auch ansprechende **CDs** mit Traumreisen und spannenden Geschichten, untermalt mit **beruhigender Musik**. Wenn Ihr Kind einmal gar nicht einschlafen kann, kann ihm ausnahmsweise eine solche CD in den Schlaf helfen. In aller Regel jedoch sollte Ihr Kind auch ohne die Begleitmusik einschlafen können.

Mandalas lassen
den Geist zur Ruhe
kommen.



Wo kommen die Babys her?



Kinder sind neugierig, sie wollen alles genau wissen. Direkt und unbefangen stellen sie ihre Fragen, auch in puncto Sexualität. Sicherlich haben Sie in der Vergangenheit immer wieder einmal mit Ihrem Kind darüber gesprochen. Sie haben Fragen beantwortet, erklärt, wie die Geschlechtsteile heißen, oder gemeinsam ein geeignetes Bilderbuch angeschaut.

Mit dem Schulbeginn will es Ihr Kind noch genauer wissen. Dabei interessieren es weniger die technische Details als vielmehr die großen Fragen: Wo kommen die Babys überhaupt her? Wie kommt das Baby aus Mamas Bauch raus? Beantworten Sie alle Fragen **offen und ohne Scheu**. Je offener Sie damit umgehen, desto besser für Ihr Kind. Dazu gehört übrigens auch, dass Sie als Eltern **zärtlich** miteinander umgehen. Das zeigt Ihrem Kind, dass Zärtlichkeit für Mann und Frau wichtig ist. Ihr Kind sollte bei Schulbeginn soweit **aufgeklärt** sein, dass es durch Unwissenheit nicht in **peinliche Situationen** kommt. Je unverkrampfter Sie über das Thema sprechen, desto besser ist es für Ihr Kind. Nur so kann es lernen, dass Sexualität für Erwachsene etwas Normales und Schönes ist.

Aufklärung lässt sich nicht an einem Nachmittag abhaken. Sprechen Sie also öfters darüber, aber **drängen Sie Ihrem Kind kein Gespräch auf**.

Ihr Kind sollte bei Schulbeginn aufgeklärt sein.

- Beantworten Sie Fragen **offen**, aber gehen Sie nicht zu sehr in die Details.
- Schaffen Sie eine **vertrauensvolle** Atmosphäre.
- Verwenden Sie immer die **korrekten Bezeichnungen** für die Geschlechtsorgane. Mit verniedlichenden Begriffen, die andere vielleicht gar nicht benutzen, geben Sie Ihr Kind der Lächerlichkeit preis.
- Altersgerechte **Bücher** sind anschaulich und erleichtern oft das Gespräch.
- Wenn Sie nicht sicher sind, wie viel Ihr Kind weiß oder verstanden hat, **fragen Sie nach**.

Wenn Ihr Kind überhaupt nichts fragt, könnte es auch daran liegen, dass Sie selbst gewisse Hemmungen haben, die es unbewusst spürt. Klären Sie diese Vorbehalte lieber im Vorfeld mit Ihrem Partner oder einer Freundin, damit Sie unbefangen mit Ihrem Kind sprechen können.

Arbeitslosigkeit & Geldsorgen

In unserer Gesellschaft sind viele Menschen von Arbeitslosigkeit betroffen. Andere arbeiten, aber verdienen dabei so wenig, dass es nicht oder kaum zum Leben reicht. Viele Kinder leben in Deutschland unterhalb der Armutsgrenze. Was bedeutet das für diese Kinder, was heißt das für deren Familien? Wie ist es Kindern zu erklären, dass ihnen vieles, was für ihre Altersgenossen selbstverständlich ist, nicht möglich ist, weil in der Familie einfach das Geld dafür fehlt?

Verheimlichen Sie Probleme nicht vor der Familie.

Wenn Sie als Familienvater oder als alleinerziehende Mutter **arbeitslos** werden, größere **Geldsorgen** oder auch **Schulden** haben, sollten Sie mit Ihren Kindern reden. Versuchen Sie nicht, die Probleme zu verheimlichen, aber erklären Sie den Kindern die Situation so, dass sie sie auch verstehen können. Die Botschaft könnte etwa so lauten:

- Unsere finanzielle Situation ist momentan schwierig.
- Wir können uns jetzt gerade oder auch auf längere Sicht vieles nicht leisten.
- Ihr könnt nichts dafür und ihr könnt auch nichts ändern.
- Wir müssen euch Kindern manchen Verzicht zumuten.
- Aber wir lassen uns als Familie nicht unterkriegen und werden trotz allem unseren Spaß haben.

Kinder brauchen die **Sicherheit**, dass ihre Eltern – was immer auch passiert – wissen, was zu tun ist. **Ratlosigkeit oder Verzweiflung** der Eltern können sie schwer ertragen. Hingegen sind Kinder meist mehr als bereit, ihren Beitrag zu leisten, etwa im Haushalt mitzuhelfen oder ihre Ansprüche zurückzuschrauben.

Würdigen Sie auch den Verzicht und das Engagement Ihrer Kinder: „Ich weiß, dass das jetzt für euch nicht leicht ist“ oder „Ich finde es toll, dass ihr so gut mitmacht und wir alle so zusammenhalten.“

Auch wenn Sie jetzt gerade eine schwierige Zeit durchmachen, können Ihre Kinder viel von Ihnen lernen: Wie man sich durchbeißt, wie man die Hoffnung nicht aufgibt und den Kopf oben behält. Aber auch, wie man sich **Unterstützung** holt: Bei Sozialbera-

tungsstellen werden Sie umfassend beraten, was Ihnen an Unterstützung zusteht und wie Sie Ihre Situation zum Guten verändern können. Sogenannte **Schuldnerberatungsstellen** können Ihnen weiterhelfen, wenn Sie sich verschuldet haben. Bei den Verteilungsstellen der „Tafel“, die es in fast allen Städten gibt, bekommen Sie mit dem Berechtigungsschein des Sozialamts fast kostenlos Lebensmittel, in **Kleiderkammern** oft neuwertige Anziehsachen für die ganze Familie. Wer leistungsberechtigt ist, hat auch Anspruch auf das staatliche **Bildungs- und Teilhabepaket**.

Damit erhalten Kinder und Jugendliche, die Hilfe benötigen, zum Beispiel **Zuschüsse** zu Schulbedarf, Schulausflügen und Lernförderung, zu Vereinsmitgliedschaften, Ferienangeboten oder einem warmen Mittagessen in der Schule. Seien Sie nicht zu stolz, das, was Ihnen zusteht, auch **in Anspruch zu nehmen**. Sie tun es auch für Ihre Kinder.

Nehmen Sie für Ihre Kinder das Bildungspaket in Anspruch.



© Gerd Altmann / Pixabay.com

Weitere Informationen:

Die Elternbriefe können Sie auch online lesen, herunterladen oder als Newsletter abonnieren: beim Online-Ratgeber „BAER“, www.baer.bayern.de, des Bayerischen Landesjugendamtes. Dort finden Sie auch weitere ausführliche Informationen zu vielen der hier genannten Themen.

Finanzielle Probleme

Allgemeine Beratung finden Sie bei der Sozialberatung von Caritas oder Diakonie.

Anfragen zum Bildungspaket richten Sie an Ihre Kommune oder Ihr Jobcenter. Infos unter: www.bildungspaket.bmas.de

Schuldnerberatungsstellen gibt es bei der Caritas und bei Verbraucherzentralen. Kirchliche und öffentliche Träger arbeiten unentgeltlich und seriös.

Auch die *Bayerische Landesstiftung „Familie in Not“* kann helfen: www.zbfs.bayern.de/familie/hilfe-muki/familie-in-not/index.php

Im nächsten Elternbrief:

- Schulerfolge, Schulprobleme
- Rund um die Schule: Leistung & Bewertung
- Kleine Helden
- Was Jungs brauchen
- Spielsachen für „Große“
- Hamburger & Co.
- Futter für den Bücherwurm
- Familie hat viele Gesichter: Die Sandwichfamilie
- Woher kommt eigentlich das Stottern?
- U 10 Vorsorge

Die Elternbriefe werden gefördert durch:



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

Herausgegeben vom
Zentrum Bayern
Familie und Soziales –
Bayerisches
Landesjugendamt
(BLJA)

V.i.S.d.P.:
Hans Reinfelder

Postanschrift:

Postfach 400260
80702 München

www.blja.bayern.de

Überreicht durch
Ihr Jugendamt