

LANDESAMT FÜR SCHULE UND BILDUNG  
Postfach 10 06 53 | 04006 Leipzig

## Schulpsychologische Tipps für das Lernen in der Corona-Krise

Liebe Eltern,

die Schließung der Schulen aufgrund der Corona-Krise stellt Sie und Ihre ganze Familie vor besondere Herausforderungen, aber sie bietet auch die Chance als Familie näher zusammenzurücken.

Sie sollen Ihre Kinder beim Lernen unterstützen und zudem im Home Office ihrer eigenen Arbeit nachgehen. Es steht außer Frage, dass diese neue Herausforderung nicht ohne anfängliche Schwierigkeiten, Streit oder Auseinandersetzungen ablaufen kann. Wie bei allen krisenhaften Situationen ist es normal, dass Lernen und Arbeiten nicht einfach so weiter funktionieren wie zuvor.

Zunächst werden also viel Geduld, Aushalten und Vertrauen von Ihnen verlangt. Vertrauen sollten Sie vor allem darauf, dass sich alle Beteiligten an die neue Situation besser anpassen werden und auch darauf, dass diese neue Situation zeitlich begrenzt ist.

Im Folgenden einige Tipps und Anregungen für die nächste Zeit:

### 1. Bleiben Sie in regelmäßigem Kontakt mit den LehrerInnen ihrer Kinder!

Weder Sie noch die LehrerInnen können derzeit genau einschätzen, welches Arbeitspensum für den jeweiligen Schüler in dieser neuen Situation machbar ist. Daher sind die LehrerInnen auf Ihre Rückmeldung angewiesen. Auch im Unterricht findet normalerweise eine Differenzierung statt. Gleichmaßen sollte dies zu Hause erfolgen: Was kann ein Schüler bereits leisten? Was ist zu viel oder wo benötigt er vielleicht sogar noch etwas mehr Herausforderung? Trauen Sie sich, die LehrerInnen zu kontaktieren und bitten Sie darum, dass die Aufgaben in geeigneter Weise für ihr Kind angepasst werden.

### 2. Legen Sie konkrete Lernzeiten und Freizeiten fest!

Das Lernen in der Schule funktioniert vorrangig über Strukturen und regelhafte Abläufe. Diese sollten in ähnlicher Weise auch zu Hause eingeführt werden. Daher kann es hilfreich sein, einen Stundenplan zu schreiben, einen festen und möglichst ruhigen Arbeitsplatz nur für das Lernen einzurichten und wenn möglich auch einen zuvor festgelegten Elternteil, der beim Lernen unterstützt. Der andere Elternteil ist in dieser Zeit nur in Ausnahmefällen ansprechbar.

**Ihr Ansprechpartner**  
Irina Helmke

**Durchwahl**  
Telefon +49 341 4945-856  
Telefax +49 341 4945-614

irina.helmke@  
lasub.smk.sachsen.de

**Ihr Zeichen**

**Ihre Nachricht vom**

**Aktenzeichen**  
(bitte bei Antwort angeben)

Leipzig,  
31. März 2020

**Hausanschrift:**  
Landesamt für Schule und  
Bildung  
Standort Leipzig  
Nonnenstraße 17A  
04229 Leipzig

[www.lasub.smk.sachsen.de](http://www.lasub.smk.sachsen.de)

**DE-Mail-Zugang:**  
poststelle@  
lasub.smk-sachsen.de-mail.de  
)

**Öffnungszeiten:**  
Dienstag:  
13:00 – 18:00 Uhr  
und nach Vereinbarung

**Verkehrsverbindung:**  
zu erreichen mit den  
Straßenbahnlinien 1,2,3 und 14

Behindertenparkplatz  
gekennzeichnet  
(bitte an der Information melden)

Es kann eine Lerneinheit für jedes Hauptfach geplant werden (Anzahl variiert je nach Klassenstufe). In keinem Fall ist das gleiche Pensum eines normalen Schultags schaffbar.

Legen Sie in Absprache mit der Schule minimale tägliche Lernziele fest. Schreiben Sie in einen Wochenplan, welche konkreten Aufgaben wann erledigt werden. So ist für alle sichtbar, was abgemacht ist. Machen Sie sich mit ihrem Kind das Erreichen der Ziele und den Lernfortschritt bewusst (z.B. Ziel abhaken) und loben Sie ihr Kind, wenn es diese erreicht.

### **3. Planen Sie Pausen ein!**

Pausen sollten entsprechend der Belastbarkeit und dem Alter des Kindes eingeplant werden. Kinder der ersten Klassenstufe können sich in einer 1:1 Lernsituation circa 15-20 Minuten durchgängig konzentrieren. Bei älteren Grundschulern sind es in etwa 30-35 Minuten. Sie können die Lernzeit beispielsweise durch eine Uhr, Timer oder eine Eieruhr anschaulich machen. Gestalten Sie die Pause so, dass ihr Kind Erholung findet. Meistens gelingt dies gut durch Bewegungspausen von einigen Minuten.

### **4. Stellen Sie Regeln für die Lernzeit zu Hause auf!**

Bereits in der 1. Klasse werden bestimmte Klassenregeln mit den Schülern für das gemeinsame Lernen als Gruppe aufgestellt. Gleichmaßen können Sie als Familie nun gemeinsam Regeln für diese neuartige Situation aufstellen. Binden Sie dabei Ihre Kinder aktiv mit ein. Sicherlich kennen Ihre Kinder die Regeln bereits aus dem Schulalltag. Welche lassen sich auf die häusliche Situation übertragen? Welche sind notwendig und welche nicht? Malen und gestalten Sie gemeinsam diese Regeln z.B. auf ein großes Blatt und hängen diese sichtbar auf. Es sollten nicht zu viele Regeln sein und es ist wichtig diese möglichst positiv (ohne „nicht“), konkret und präzise zu formulieren. Besprechen Sie auch Konsequenzen für das Nichteinhalten wichtiger Regeln.

### **5. Umgang mit Verweigerung**

Sollte ihr Kind die Mitarbeit bei einer Aufgabe verweigern, dann fragen Sie zunächst nach dem Grund. Ist eine Aufgabe zu schwer? Wurde die Anforderung noch nicht verstanden? Bieten Sie dann zunächst einfachere Aufgaben an. Verbessert sich dadurch die Lernbereitschaft?

Wenn die Aufgaben nicht zu schwer sind, aber die Motivation und Lust an einem Tag einfach nicht reicht, dann bieten Sie Alternativen an und wechseln z.B. zu einem anderen, beliebteren Fach. Die verpassten Aufgaben können, wenn es der Lernstand des Kindes zulässt, zu einem anderen Zeitpunkt nachgeholt werden.

Generell sollte das Lernen mit Freude und Erfolg verbunden sein und nicht als Überforderung und als „aufgezwungen“ erlebt werden. Es kann hilfreich sein, Freunde des Kindes für eine Lernpartnerschaft einzuladen (Videokonferenzen zu festen Zeiten vereinbaren). Manchmal kann der Grund der Verweigerung auch in einem länger

bestehenden Eltern-Kind-Konflikt liegen. Holen Sie sich dann ggf. fachliche Hilfe.

## **6. Freizeit mit möglichst viel Bewegung, frischer Luft, Spiel und geregelter Medienkonsum gestalten!**

Es gibt eine Fülle an Websites, YouTube Videos usw., die Ideen für Bewegungsspiele, Sport, Basteln und kreative Projekte mit ihren Kindern geben. Eine Sammlung mit vielen Informationen für den Familienalltag während der Corona-Krise finden Sie unter anderem auf der Website des Kinderschutzzentrums Leipzig:

<http://www.kinderschutz-leipzig.de/aktuelles/detail/article/familienalltag-in-zeiten-von-covid-19.html>

Für die Mediennutzung sollten Sie mit Ihrem Kind verbindliche Zeiten vereinbaren (Kinder im Alter von 6 bis 10 Jahren höchstens 45 bis 60 Minuten täglich). Interessieren Sie sich dabei für die digitalen Aktivitäten Ihrer Kinder. Sie können sich davon berichten lassen, Anteil nehmen oder ggf. mitspielen.

## **7. Wenn notwendig, dann professionelle Beratung in Anspruch nehmen!**

Wenn sich Konflikte oder Auseinandersetzungen über längere Zeit nicht innerhalb der Familie oder nach Rücksprache mit dem Lehrer oder der Lehrerin lösen lassen, dann können Sie auch professionelle Beratung (Mail, Telefon) in Anspruch nehmen:

- Erziehungs- und Familienberatung für Eltern und Jugendliche online: <https://www.bke-beratung.de/>
- Elterntelefon: 0800 111 0 550
- Nummer gegen Kummer für Kinder und Jugendliche: 116 111
- Bei schulpsychologischen Fragestellungen schreiben Sie mir eine Mail: [irina.helmke@lasub.smk.sachsen.de](mailto:irina.helmke@lasub.smk.sachsen.de)

## **8. Letzter und wichtigster Tipp: Ruhe bewahren!**

Trotz aller Tipps und Hinweise, ist es am wichtigsten, von den Kindern nicht Höchstleistungen zu verlangen. Auch Sie als Eltern sind mitunter durch die derzeitige Situation nicht in gleichem Maße belastbar und arbeitsfähig. Verlangen Sie dies auch nicht von Ihren Kindern. Einiges wird vielleicht nicht gleich zu Beginn klappen. Versuchen Sie vor allem Ruhe zu bewahren, die Zeit mit der Familie zu genießen und kreativ zu gestalten!



M. Sc. Irina Helmke  
Schulpsychologin