

Liebe Eltern,
in den letzten Wochen haben Sie alle unglaublich viel geleistet und tun es immer noch.
Vor dieser Leistung möchten wir heute unseren Hut ziehen: **Chapeau!**

Familien mit Kindern mussten und müssen immer noch besonders beachtliche Herausforderungen meistern.

Von heute auf morgen hat sich alles verändert, es ist nichts mehr wie es war.

Die Kinder durften nicht mehr zur Schule und in den Kindergarten.

Sie konnten nicht mehr zum Sport, in die Musikschule, auf den Spielplatz, ihre Freunde sehen.

Und was für viele ganz besonders schwierig war, nicht mehr ihre Omas und Opas besuchen.

Vieles davon haben Sie, liebe Eltern aufgefangen!

Und das, obwohl sich auch für Sie alles verändert hat:

Auf der einen Seite ein „zu wenig“ an sozialen Kontakten und Freizeitausgleich.

Auf der anderen Seite ein „zu viel“ an Kinderbetreuung, Homeoffice, Home Schooling, Haushalt, Wäsche, Einkauf und Kochen.

Bei vielen kommen existenzielle Sorgen hinzu, Kurzarbeit, Jobverlust, Ansteckung.

Dies alles zu organisieren ist von Ihnen eine **Meisterleistung**, wir wissen, welche **unglaubliche Kraftanstrengung** jede*r Einzelne bisher unternommen hat!

Sie dürfen stolz sein auf sich ...

Halten Sie doch mal fest, was Ihnen gut gelungen ist und überlegen Sie:

- Was davon wollen Sie auf jeden Fall in der Zukunft beibehalten?
- Was klappt vielleicht sogar besser als vorher gedacht?
- Was haben Sie aneinander wieder neu schätzen gelernt?
- Von welcher Ihrer Fähigkeiten waren Sie besonders überrascht?

... und sich und Ihre Lieben loben!

Wie geht es weiter?

Nun werden wir in langsamen Schritten unseren Alltag wiederhaben.

Die ersten Lockerungen gibt es bereits, andererseits ist die Sorge da:

Was passiert mit dem Virus, geht die Kurve wieder hoch?

Weiterhin wird es Ihnen an manchen Tagen besser, an manchen weniger gut gelingen, den Situationen und Herausforderungen Stand zu halten.

Seien sie sich sicher, das geht allen Familien so.

Auch Sie dürfen manchmal traurig oder frustriert sein.

Seien Sie nachsichtig mit sich, erwarten Sie keinen Perfektionismus - weder von sich, noch von Ihrem Partner oder Ihren Kindern.

Am Ende wird die psychische Gesundheit Ihrer Kinder wichtiger als Ihre akademischen Fähigkeiten sein.

Chapeau!

(Chapeau ist ein Ausdruck für „Ich ziehe meinen Hut vor Dir oder Alle Achtung!“)



Zeichnung: Uschi Maurer

Wir Familienstützpunkte des Landkreises Würzburg stehen Ihnen mit unterstützenden Angeboten zur Seite.
Melden Sie sich gerne bei uns!

Herzlichst Ihre

FSP Waldbüttelbrunn: Anja Kulczynski; Tel: 0931/40480087

FSP Ochsenfurt: Carolin Merkt; 09331/804572

FSP Giebelstadt: Margot Böhm; Tel: 0151/17996324

FSP Kürnach: Maren Tscherner; Tel: 09367/90690