

Es kommt in der Welt vor allem auf die Helfer an – und auf die Helfer der Helfer. (Albert Schweitzer)

Liebe Eltern,

seit zwei Jahren belastet uns alle ein Thema, auf das keiner vorbereitet war. Unser Leben scheint aus den Fugen geraten zu sein, weil nichts mehr so ist, wie es war, weil scheinbar nichts kalkulierbar ist, weil immer neue Regeln unseren Alltag bestimmen, die uns allmählich verändern.

Aus der Geschichte der Menschheit wissen wir, dass jede Generation solche Umbrüche erlebt hat, zwar immer in einer anderen Form, aber mit ähnlichen Gedanken, Unsicherheiten, Zweifeln, Brüchen, aber auch neuen Erfahrungen.

Jeder von uns - ob Sie als Eltern oder Ihre Kinder - erlebt den heutigen Alltag ähnlich und zugleich unterschiedlich. Jeder verspürt Verlustängste, Einengung, Kontrollverlust, Sorge, Hilflosigkeit; und ja, ich kann mir vorstellen, manch einer hat die Befürchtung, dass ihm alles über den „Kopf wächst“.

Es ist ein erster Schritt, sich die eigene Situation ehrlich bewusst zu machen. Der Mensch möchte immer „stark“ sein. Aber das kann er nicht, weil er eben MENSCH ist. Sie als Eltern wollen Ihrer Rolle gerecht werden und deshalb sorgen Sie sich um Ihre Kinder, so gut es geht. Bedenken Sie bitte, dass Sie das nur können, wenn es Ihnen gelingt, Ihr eigenes GLEICHGEWICHT zu halten. Das ist für einige sicherlich momentan schwierig. Dennoch sind wir, sind Sie, für die Kinder der HALT - der KOMPASS - der FELS IN DER BRANDUNG - es ist unser aller Aufgabe, uns dieser Verantwortung bewusst zu sein, es ist unser Selbstverständnis als Erwachsene, diesen Metaphern gerecht zu werden.

Für alle, die sich eingestehen, dass sie Hilfe von außen brauchen,

- weil die eigenen Akkus leer sind,
- weil man alles allein nicht mehr bewältigen kann,
- weil man vielleicht mal mit anderen über die eigenen Sorgen reden möchte,
- weil man nichts unversucht lassen möchte,
- weil man eine gute Mutter und ein guter Vater sein möchte...

stelle ich im Folgenden einige Hinweise, Artikel, Adressen bereit, die Ihnen u.U. helfen können, sich Unterstützung zu suchen.

→ [Lernsax](#)> [Institution](#)>[Dateien](#)>[Unterstützung in Zeiten von Corona](#)

→ [Homepage](#)>[Beratungslehrer](#)

Sie sind nicht allein und es ist nicht schlimm, Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Ich hoffe, dass es Ihnen gelingt, Ihre kleine Welt der Familie zu sensibilisieren und zu stabilisieren, denn es wird eine Zeit nach Corona geben, in der Ihre Kinder irgendwann ihr eigenes Leben bestreiten müssen. Darauf sollten sie vorbereitet sein.

Ich wünsche uns allen, dass wir diese Herausforderungen meistern und mit den Erfahrungen von heute und morgen die Zukunft besser gestalten.

Freundliche Grüße

Birgit Uhlich (Beratungslehrerin)