

# NEWS AUS DER SCHULSOZIALARBEIT

## HIGHLIGHTS & NEWS

### **In Emotionen wurden noch nie Konflikte gelöst**

Darum besprechen Sie das Thema erst wieder, wenn Sie sich beruhigt haben.

### **Unterstützung für den Familienrat**

Lassen sich in einem Familienrat nur schwer Lösungen finden, kann eine Drittperson den Familienrat unterstützen.

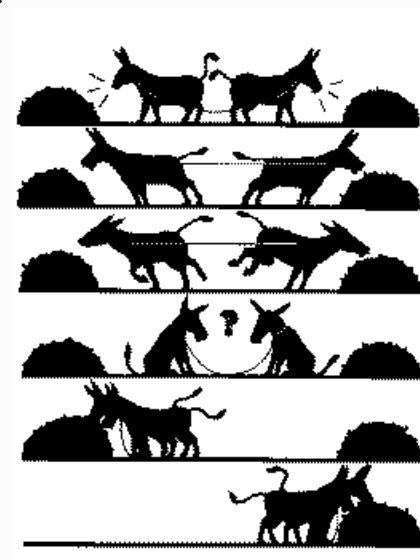
*beispielsweise im KjZ  
([www.ajb.zh.ch](http://www.ajb.zh.ch)) oder durch  
die Schulsozialarbeit*

## **Kurz und Knapp - Der Familienrat**

Streit gehört in jeder Familie dazu. In dieser aussergewöhnlichen Zeit sicher noch einmal mehr als sonst. Jetzt wo alle viel zu Hause sind, jeder seinen Frust über die jetzige Situation mit trägt, ist dicke Luft und schlechte Stimmung im Haus die Folge. Es ist nicht leicht, innerhalb der Familie alle Interessen unter einen Hut zu bekommen. Damit diese Stimmung nicht die Oberhand bekommt, möchten wir Ihnen die Methode des Familienrates vorstellen. Wie bei allem macht auch hier viel Übung die Meisterin und den Meister. Probieren Sie es einfach einmal aus.

Ein Familienrat oder eine Familienkonferenz an der alle Familienmitglieder gleichberechtigt reden dürfen, aber auch zuhören müssen, diskutiert Konflikte offen und hilft oft gemeinsam Kompromisse zu finden, an die sich alle halten können. Im Familienrat lassen sich aber nicht nur aktuelle Konflikte lösen, sondern auch gemeinsam Regeln erarbeiten für Themen wie Sackgeld, Ausgangszeiten, Verteilung der Hausarbeit, Handy-/ Gamezeiten oder Hausaufgaben. Ebenfalls bietet der Familienrat die Möglichkeit, gemeinsam die Woche zu planen, Familienzeiten zu vereinbaren sowie über Lust und Frust der Woche zu sprechen.

Viel Spass beim Erleben  
und Ausprobieren!



# Familienrat - Wichtige Regeln für das Gelingen

## IMMER ZUR GLEICHEN ZEIT

Die Familienkonferenzen sollten jeweils zum gleichen Zeitpunkt statt finden. Zum Beispiel am Sonntag nach dem Frühstück. Achten Sie darauf, dass Sie genügend Zeit haben ohne gestört zu werden.

## DAUER

Die Familienkonferenz wird in ihrer Länge auf das jüngste Kind abgestimmt:

3-5 Jahre max. 30 Minuten

6-8 Jahre max. eine Stunde

8-10 Jahre max. 1,5 Stunde

Als Maximalzeit sollten zwei Stunden auch in höherem Alter nicht überschritten werden

## KEINE STÖRUNGEN WÄHREND DEM FAMILIENRAT

- **Medien** sind während der Sitzung verboten (Handy, Fernseher, telefonieren, elektronische Spiele...)
- **Besucher** sind während dem Familienrat nicht erwünscht (keine Telefonate, Türklingel ignorieren...)

## FAMILIENTAGEBUCH

Führen Sie ein Familientagebuch.

Es dient dazu, Ihre Familienkonferenzen zu protokollieren (auch als Notizblock und Terminkalender). Nach einer Familienkonferenz ist das Familientagebuch für alle frei einsehbar.

## JEDER UND JEDE IST GLEICHWERTIG

- Alle Themen sind erlaubt - Wünsche, Klagen, Probleme, Pläne, Mithilfe im Haushalt, Taschengeld, Finanzen, Essen...
- Jeder darf ausreden und wird gehört, ohne unterbrochen zu werden.
- Jeder wird pro Thema nach seiner Meinung gefragt und darf gleichberechtigt abstimmen. Alle Stimmen haben den selben Wert!
- Getroffene Entscheidungen müssen nach Mehrheitsbeschluss von jedem angenommen werden. Die Entscheidungen sind bis zur nächsten Familienkonferenz gültig. Vorher werden sie NICHT diskutiert!

## DER FAMILIENRAT MUSS GELEITET WERDEN

Im einheitlichen Wechsel darf jeder die Familienkonferenz leiten.

Wer leitet, achtet darauf, dass wirklich jeder seine Anliegen, seine Probleme ansprechen kann und alle zuhören - hilfreich: wer redet hat einen Stein, eine Murmel, eine Feder, eine Sanduhr... in der Hand.

## HIGHLIGHTS & NEWS

### Ich- Botschaften

Sprechen Sie von SICH.

Beschreiben sie IHRE Gefühle dabei. Beschreiben Sie IHREN Wunsch für die Zukunft.

Dies kann Wunder wirken.

### Links zum Thema Familienrat

Sie finden Diverses auf google, beispielsweise:

<https://www.elternwissen.com>  
(Suchwort: Familienkonferenz)

### Links des Kantons

<https://www.fuerslebengut.ch>  
[www.ajb.zh.ch/corona](http://www.ajb.zh.ch/corona)  
[www.lernentrotzcorona.ch](http://www.lernentrotzcorona.ch)

## Kontakt

Schulsozialarbeit  
SEK Obfelden-Ottenbach

Isabel Marty  
078 866 79 22  
[ssa.marty@sek-obfelden.ch](mailto:ssa.marty@sek-obfelden.ch)  
(Mo/Mi (Vm)/Fr)

Cathy Jäggi  
079 226 09 32  
[ssa.jaeggi@sek-obfelden.ch](mailto:ssa.jaeggi@sek-obfelden.ch)  
Di/Mi (Vm)/Do