

# "Mir ist so langweilig!"

Liebe Eltern,

das kommt Ihnen sicher bekannt vor, von Wochenenden und sonstigen unterrichtsfreien Zeiten, wenn der gewohnte Rhythmus und die Verpflichtungen Ihrer Kinder wegfallen. Was wir aber in diesen Wochen erleben, ist durch die auferlegten Regeln des Miteinanders eine besondere Herausforderung für uns alle. Nun heißt es, überwiegend zu Hause zu bleiben und sich alleine zu beschäftigen.

Langeweile fühlt sich nicht gut an, für das Kind nicht und auch für die Eltern nicht, die sich vielleicht auch noch zusätzlich unter Druck fühlen, ihr Kind unterhalten zu müssen.

Dabei hat Langeweile auch etwas Gutes: Abfallen von Stress, zur Ruhe kommen, sich selbst näher kommen, Möglichkeit zur Kreativität, Gesprächsanlass

Hirnforscher, Entwicklungspsychologen und Pädagogen sind sich einig darin, dass es die Entwicklung von Kindern fördert, wenn sie selbstbestimmt ihre Zeit gestalten und nicht ständig Anregungen von Erwachsenen bekommen. Von der Selbstbestimmtheit ausgenommen sind natürlich vereinbarte Zeiten für Internetnutzung, Fernsehen, Smartphone ...

Ich hoffe, Sie damit ein bisschen entlasten zu können und Ihnen Mut zu machen, die Langeweile Ihrer Kinder auszuhalten. Wir können Kindern vertrauen, dass sie eigene Beschäftigungsideen entwickeln. Daran wachsen sie, sie erfahren Selbstwirksamkeit (die Überzeugung, Probleme eigenständig meistern zu können).

Bei Nachfragen bin ich über meine Schulmailadresse zu erreichen. Diese Adresse gilt auch für Ihre Kinder, vielleicht, wenn ihnen mal langweilig ist ;-)

**fingscheidt@gshammah.de**

Herzliche Grüße und beste Gesundheit,

Ihre Beratungslehrerin *Heide Fingscheidt*

## **Internetadressen zum Thema:**

<https://www.pro-kita.com/eltern/zusammenarbeit-mit-eltern/langeweile-bei-kindern/>

<https://www.jan-uwe-rogge.de/vom-glueck-der-langeweile-wie-kinder-zeit-erleben/>

<https://www.herder.de/kizz/kinderentwicklung-erziehung/kinder-lernen/langeweile-ist-schlimm-und-foerdert-neue-kreativitaet-von-100-auf-0/>

<https://www.sueddeutsche.de/leben/die-muehen-der-erziehung-laaaaangweilig-1.2660964>