



# Rundbrief Elternbildung

## Editorial

Liebe Leserinnen und Leser

*Was nervt wohl Eltern und Erziehende am meisten? In einer Umfrage dazu stand das Trödeln der Kinder weit oben. Und bei den Kindern? Die Mehrzahl antwortete:*

*«Das ständige Hetzen und Drängen der Eltern ist das Schlimmste.» Wir haben also auf der einen Seite Eltern, die ihren Zeitplan im Kopf haben, auf die Uhr schießen und dafür sorgen müssen, dass die Kinder rechtzeitig in der Schule oder im Musikunterricht sind. Auf der anderen Seite stehen die Kinder, die im Moment leben und sich in etwas vertiefen möchten. Wie können Familien in diesem Punkt zusammenfinden? Und hat trödeln nicht auch eine gute Seite, die es anzuerkennen gilt? Diesen und weiteren Fragen geht Fabian Grolimund, Psychologe, Lerncoach und Buchautor in seinem Referat im Rahmen des Online-RegioForums nach.*

*Wir Erwachsene leben nach der Uhr. Ich möchte Sie darum ermutigen, falls es die Situation zulässt, sich immer mal wieder auf den Rhythmus des Lebens einzulassen und das Jetzt bewusst wahrzunehmen. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen einen inspirierenden Frühling mit vielen Genussmomenten.*

Andrea Lenzin  
Koordinationsstelle Elternbildung



## RegioForum 2021

Die Koordinationsstelle Elternbildung lädt zum RegioForum 2021 ein – ein Elternbildungsabend, welcher im jährlichen Wechsel in einer anderen Region des Kantons St.Gallen stattfindet. Aufgrund der aktuellen Lage findet das Forum nicht wie geplant in Wattwil statt, sondern Online via Zoom. Am Donnerstag, 29. April 2021 um 20.00 Uhr referiert der Psychologe, Buchautor und Lerncoach Fabian Grolimund zum Thema «Wenn Kinder träumen, trödeln und sich nicht konzentrieren können». Anmeldungen nehmen wir bis spätestens am Donnerstag, 22. April 2021 unter [www.elternbildung.sg.ch](http://www.elternbildung.sg.ch) entgegen. Die Teilnehmerzahl ist beschränkt. Der Anlass ist kostenlos.

## Elternbildung vor Ort – Projekt läuft aus

Das Projekt [«Elternbildung vor Ort»](#), welches im Rahmen der 1. Strategie «Frühe Förderung» lanciert wurde, läuft nach der Verlängerung Ende 2021 aus. Einige Angebote stehen voraussichtlich auch im 2022 weiterhin zur Buchung zur Verfügung, werden jedoch nicht mehr durch die Koordinationsstelle Elternbildung organisiert und finanziell unterstützt, sondern können direkt bei der Referentin angefragt und gebucht werden.

Die Kontaktangaben der Referentinnen und die möglichen Themen für die Elternbildung im Frühbereich finden Sie ab August 2021 auf unserer Homepage. Bis dahin können Veranstaltungen wie gewohnt unter [www.elternbildung.sg.ch](http://www.elternbildung.sg.ch) angefragt und gebucht werden.

## Kommunale Elternorganisation

Das Treffen der kommunalen Elternorganisationen findet dieses Jahr definitiv statt und zwar am Donnerstag, 23. Juni 2021, um 18.30 Uhr. Ob der Anlass vor Ort im Bildungsdepartement an der Davidstrasse 31 durchgeführt werden kann oder online via Zoom, ist noch offen. Die Einladung mit der Anmeldemöglichkeit wird durch die Koordinationsstelle Elternbildung versendet.

## Mitteilungen Dritter

### Familienzeiten während Corona-Zeiten



FamOS (Familien Ost-Schweiz) unterstützt Projekte im Bereich Familien. Unter anderem das Projekt «Familienzeiten», welches auf der Homepage [www.familienzeiten.ch](http://www.familienzeiten.ch) laufend die diversen Rubriken mit Ideen bestückt. Neu finden Sie auch Anregungen wie in Corona-Zeiten Familien ihre gemeinsame Zeit verbringen und gestalten können.

### Schweizer Vätertag



Unter dem Motto «Aus 365 Gründen» bringt der Schweizer Vätertag jeweils am ersten Sonntag im Juni frisch und lebendig Wertschätzung für alltagsnahe, väterliches Engagement zum Ausdruck. Er motiviert zur Auseinandersetzung mit moderner Väterlichkeit und den Herausforderungen rund um die Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Anregungen zur Gestaltung des Vätertages und Informationen finden Sie unter [www.vaertag.ch](http://www.vaertag.ch). Wir freuen uns, wenn Sie uns von Ihrer Aktion berichten unter [elternbildung@sg.ch](mailto:elternbildung@sg.ch). Im nächsten Rundbrief veröffentlichen wir gerne eine Auswahl an Ideen.

### Beurteilung ist mehr als das Zeugnis



Ab dem Schuljahr 2021/22 gelten neue rechtliche Rahmenbedingungen zur Beurteilung in der Volksschule des Kantons St.Gallen. Damit verbunden ist die Einführung von Jahreszeugnissen auf der Primarstufe. Im Zeugnis werden weiterhin Noten verteilt, Leistungsnachweise während des Schuljahres können jedoch unterschiedlich bewertet werden. Die Lehrperson kann Prädikate, Symbole, mündliche Rückmeldungen oder auch Noten abgeben. Die Zeugnisnote basiert auf vielfältigen Leistungsnachweisen, ist nicht der Durchschnitt der Teilnoten, sondern bildet den aktuellen Leistungsstand ab.

Am jährlichen Beurteilungsgespräch gibt die Lehrperson u.a. Rückmeldung zum Arbeits-, Lern- und Sozialverhalten; die Arbeitshaltungsnote wird im Zeugnis nicht mehr aufgeführt. Bei einem Schullaufbahnentscheid ist nicht mehr die Notensumme, sondern eine Gesamteinschätzung ausschlaggebend.

Wie die Umsetzung der Beurteilung konkret erfolgt, darüber werden die Schulen vor Ort individuell informieren.

### Elternbildung Schweiz «BettMUMMpfeli»



Die Einschränkungen durch Corona, die Familien im Alltag seit Wochen begleiten und wohl auch noch begleiten werden, sind für Eltern und Kinder kräftezehrend. «Elternbildung.ch» hat nun ein Angebot auf Facebook und LinkedIn geschaffen, das Eltern Ratschläge und Unterstützung für ihren Familienalltag bieten kann: Das [«BettMUMMpfeli für Mütter und Väter»](#).

Vom 29. Dezember 2020 bis zum 2. März 2021 fand jeden Dienstag- und Donnerstagabend ein 30-minütiger Livestream zu unterschiedlichen Themen und Fragen rund ums Elternsein und den Familienalltag statt. Die Beiträge wurden von Fachpersonen der Elternbildung gestaltet und sind weiterhin online abrufbar.

## Elternbildung Schweiz «Infografiken»



Elternbildung Schweiz nutzt Infografiken als Kommunikationsmittel um Elternbildungsthemen darzustellen und zu publizieren. Diese können in Elternbildungskursen, an Schulen, in Kitas etc. genutzt werden. Die Grafiken sind als A1-Poster und im Handoutformat (A4) direkt zum Verteilen an Eltern im [e-shop](https://www.elternbildung.ch) unter [elternbildung.ch](https://www.elternbildung.ch) bestell- oder downloadbar.

## Kinderschutzzentrum mit neuem Erscheinungsbild

Neu:



Seit 1. April 2020 ist das Kinderschutzzentrum mit den Abteilungen Beratung (ehemals In Via) und Weiterbildung / Prävention eine Abteilungsgruppe des Ostschweizer Kinderspitals (OKS). Ab 2021 gehört das Kinderschutzzentrum zum neu benannten Bereich Adoleszentenmedizin und Pädiatrische Psychosomatik (ehemals Jugendmedizin) des OKS und betreibt weiterhin den Kinder- und Jugendnotruf (KJN) und die Eltern-Hotline «Tatkräftig». Das Schlupfhuus gehört seit 1. April 2020 nicht mehr zum Angebot. Im Zuge dieser Änderung entfällt im Logo der Zusatz St.Gallen und die Mailadresse [info.ksz@kispisg.ch](mailto:info.ksz@kispisg.ch) löst die bisherigen Mailadressen ab.

## Kunterbunte Welt – farbenspiel.family



«farbenspiel.family» ist eine Inspirationsplattform für Eltern, die Wert auf christliche Erziehung ihrer Kinder legen. Konkrete Inhalte (Bilder, Lieder, Texte, Videos und mehr) helfen mit, den christlichen Glauben erfahrbar zu machen, gemeinsam nach Spuren von Gott zu suchen und so dem Glauben einen Platz im Familienleben einzuräumen. Die Webseite [farbenspiel.family](https://www.farbenspiel.family) ist ein Angebot der Schweizer Landeskirchen.

## KiKo – Kochkurse für Kinder



Bei «[KiKo – Kinder kochen](https://www.ki-ko.ch)» schwingen Kinder im Primarschulalter den Kochlöffel. Neu unterstützt das Amt für Gesundheitsvorsorge, Kanton St.Gallen alle interessierten Elternorganisationen bei der Umsetzung von «KiKo» und übernimmt die Lebensmittelkosten bis max. 500 Franken im Rahmen des kantonalen Programms «Kinder im Gleichgewicht». Sie sind interessiert? Das Amt für Gesundheitsvorsorge, Fachstelle Gemeinden, [kathrin.amann@sg.ch](mailto:kathrin.amann@sg.ch) freut sich über ihre Kontaktaufnahme.

## Schweizer Vorlesetag



Schweizer  
Vorlese—  
— Tag

Der Schweizer Vorlesetag ist ein jährlich stattfindender, nationaler Aktionstag, der zeigt, wie wichtig und schön Vorlesen ist. Denn regelmässiges Vorlesen schafft nicht nur Nähe, sondern unterstützt Kinder auch in ihrer Entwicklung. Kinder, denen täglich vorgelesen wird, haben einen grösseren Wortschatz und sie lernen leichter lesen und schreiben. Das [Schweizerische Institut für Kinder- und Jugendmedien SIKJM](https://www.sikjm.ch) hat den Vorlesetag in Kooperation mit «20 Minuten» initiiert. Dieses Jahr findet der Vorlesetag am 26. Mai 2021 statt. Anmeldungen werden unter [schweizervorlesetag.ch](https://www.schweizervorlesetag.ch) entgegengenommen.

## «Ostschweizer Forum für Psychische Gesundheit»



Sich und anderen Menschen Gutes tun, kann die psychische Verfassung stärken – ganz besonders in Zeiten, die auch gesellschaftliche Einschränkungen mit sich bringen. Eine neue Publikation des «Ostschweizer Forums für Psychische Gesundheit» gibt dazu Ideen und Impulse. Die Broschüre «Ich heb mir Sorg!» kann unter [www.ofpg.ch](http://www.ofpg.ch) heruntergeladen oder kostenlos bestellt werden.

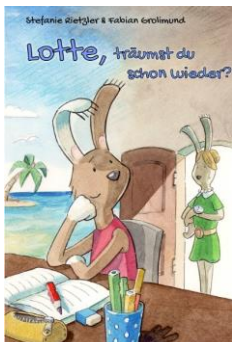
## PAPodcast



Ein Neu-Papa und ein alter Hase unterhalten sich im [PAPodcast](http://PAPodcast) über ihren Familienalltag, ihre Vaterrolle und das Eltern-Sein. Die lockeren Gespräche greifen Themen auf, die junge Eltern täglich beschäftigen und ergänzen so die Fachbeiträge und Expertentipps des Online-Magazins [fuerslebengut.ch](http://fuerslebengut.ch).

## Publikationen und Bücher

### «Lotte, träumst du schon wieder?»



Hasenmädchen Lotte hat es nicht leicht: «Trödel nicht rum!», heißt es ständig und: «Hör auf zu träumen.» Nie kann es die Zehnjährige ihren Eltern und der strengen Lehrerin Frau Luchs recht machen. Wenn es Lotte zu viel wird, driftet sie in ihre Traumwelt ab. Dort erlebt sie Abenteuer als mutige Piratin und kämpft gegen eine Widersacherin (die ihrer Lehrerin verblüffend ähnlich sieht). Zum Glück stehen ihr ihre besten Freundinnen zur Seite, die fleissige und etwas ängstliche Ente Merle und die gemütliche Bärin Frieda, die so gerne Ballerina wäre. Lotte droht an endlosen Hausaufgaben, Tests, schlechten Noten und ihrer Vergesslichkeit zu verzweifeln. Doch dann trifft sie im verlassenen Wald auf eine seltsame Waldbewohnerin, die den Wert des Träumens kennt und sie in ein uraltes Geheimnis einweicht. Von Stefanie Rietzler und Fabian Grolimund, Illustrationen von Marcus Wilke.

ISBN 978-3-456-86081-7, Hogrefe, 2020

### «Zeit für Empathie»



Familienleben ist kein Ponyhof! Oft sind Eltern gestresst und Kinder ebenso. Was können wir dagegen tun? Für Mona Kino ist klar: Innere Balance und ein gutes Miteinander entstehen aus Empathie, für sich und für andere. Die gute Nachricht: Empathie kann man fördern. Viele Beispiele und Übungen für Resilienz, Achtsamkeit und Lebensfreude tragen dazu bei, individuelle Lösungen zu finden. Denn nur wer auf die eigenen Bedürfnisse achtet, kann offen für andere sein. Mona Kino lädt ihre Leser und Leserinnen ein, die fünf angeborenen Zugänge zu uns selbst zu entdecken: den Körper, die Atmung, das Herz, die Kreativität und das Bewusstsein. Die Übungen wurden von Mona Kino zusammen mit dem bekannten Familientherapeuten Jesper Juul, dem Schriftsteller und Lehrer Peter Høeg und Wissenschaftler\*innen entwickelt und sind leicht anzuwenden.

ISBN 978-3-407-86590-8, Beltz Verlag, 2020

### «Und trotzdem hab ich dich immer lieb!»



Der kleine Biber kommt viel zu spät nach Hause, weshalb die Mama sehr schimpfen muss – ob sie ihn nun nicht mehr lieb hat? Natürlich nicht. Egal, was der kleine Biber anstellt, die Mama hat ihn immer lieb, und das erklärt sie ihm anhand von kindgerechten Beispielen, die liebevoll illustriert sind, sodass auch jedes Kind da draussen weiss: Egal, wie böse Mama oder Papa schauen oder wie sehr sie schimpfen – sie haben dich immer lieb. Dieses Buch ist nicht nur eine schöne Vorlesegeschichte für Kinder von drei bis fünf Jahren, sondern regt auch noch zum Gespräch an. Ein Muss für jede Familie! Von Heidemarie Bosche.

ISBN 978-3-7474-0231-0, MVG, 2020

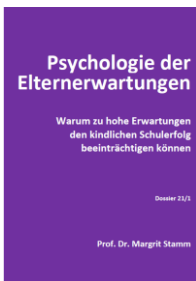
### «Einfache Wege, die Welt zu retten»



Jeder von uns kann die Welt verändern! Das hat uns die Geschichte der Menschheit immer wieder gezeigt. Denn alle grossen Ideen und Veränderungen begannen zumeist durch eine einzelne Person, die sich entschieden hatte, Dinge anders zu machen und eingefahrene Verhaltensweisen zu ändern. Dabei wird dieses Buch mit seinen «101 Tipps, die Welt zu verändern», helfen. Die kreativen und praktischen Ideen und Ratschläge gehen weit über die üblichen Umwelttipps zur Rettung des Planeten hinaus. Sie betreffen auch das eigene Verhalten und unsere Haltung unseren Mitmenschen gegenüber. Von Aubrey Andrus, Lonely Planet Kids.

ISBN 978-3-96129-135-9, Edel Kids Books, 2020

### «Psychologie der Elternerwartungen»



Prof. Dr. Margrit Stamm hat sich zum Thema Elternerwartungen Gedanken gemacht. Zum Beispiel, warum zu hohe Erwartungen den kindlichen Schulerfolg beeinträchtigen können. Sie finden das Dossier «Psychologie der Elternerwartungen» zum Nachlesen [hier](#).

### «Raus aus der Mental Load Falle»



Kinder, Küche, Krisenmanagement. Ob sie wollen oder nicht: Immer noch erledigen Mütter einen Grossteil der Familienarbeit, haben jedes noch so kleine To-do von Kindern und Partner im Kopf. Mental Load ist das Wort für die Last im Kopf, die Frauen grenzenlos stresst. Patricia Cammarata, Psychologin und bekannte Elternbloggerin, beschreibt konkrete Auswege aus der Mental Load-Falle. Zuständigkeiten gerecht verteilen, Aufgaben loslassen, Freiräume schaffen und vor allem als Paar die Energie darauf verwenden, füreinander da zu sein - das löst langfristig den Knoten. Natürlich gibt es nicht den einen Weg aus der Dauerbelastung. Dieses Buch zeigt viele Wege, um die Arbeits- und Verantwortungslast so aufzuteilen, dass es für die eigene Familie passt. Aber fest steht: Der freie Kopf macht es möglich, endlich durchzuatmen. Geteilter Mental Load eröffnet neue Perspektiven! Ein Buch für Mütter und Väter, die endlich gleichberechtigt leben wollen.

ISBN 978-3-407-86632-5, Beltz 2020

## Drei Fragen an...

**Fabian Grolimund**, Psychologe,  
Buchautor, Lerncoach



### **Wenn Kinder träumen, trödeln und sich nicht konzentrieren können. Da liegt die Frage nahe, wie Sie denn als Kind waren?**

Ich war als Kind sehr verträumt. Gegen Ende des Kindergartenjahrs musste meine Mutter im Kindergarten antraben. Grund: Ich sei aufgrund meiner Verträumtheit nicht schulreif. Meine Mutter bat mich, draussen im Gang zu warten und mich bereits anzuziehen, während sie mit der Kindergärtnerin über mich sprechen wollte. Als die beiden wieder zurückkamen, sass ich gedankenverloren in Unterwäsche auf der Bank, starrte Löcher in die Luft und fragte: «Im Winter, tragen da die Könige die Krone unter oder über der Mütze?» Meine Mutter musste lachen, die Kindergärtnerin wurde wütend und meinte: «Sehen Sie! So ist der immer!» Damit war es entschieden - ich durfte ein Jahr länger in den Kindergarten, um etwas nachzureifen. Wahrscheinlich das wichtigste Jahr in meiner Schullaufbahn.

### **Hat die Pandemie Ihrer Meinung nach dazu beigetragen, etwas mehr Ruhe in den Erziehungsalltag zu bringen?**

Für einige Familien hat die Pandemie tatsächlich eine Entschleunigung mit sich gebracht: Weniger Termine, weniger Freizeitstress, weniger soziale Verpflichtungen. Andere mussten mehr arbeiten oder wurden von Existenzsorgen gequält.

### **Welche Herausforderungen sehen Sie für Eltern in den nächsten Jahren?**

Mit Zukunftsvorhersagen liegt man meistens daneben - ich würde mich daher lieber nicht als Orakel versuchen.

## Termine 2021

27. August 2021	Rundbrief 02/2021
29. April 2021	RegioForum – Online
13. Nov. 2021	St.Galler Forum, Gossau

Redaktionsschluss für den nächsten Rundbrief Elternbildung ist der 13. August 2021.