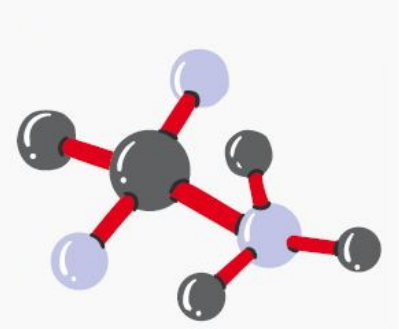
Rumänisch-Deutsch



Familia in viata de zi cu zi

Conflicte in viata de familie

Familia este tot timpul acasa si sta mult impreuna, in asa fel se poate ajunge si la conflicte.

A se descurca cu conflictele:
In aceste vremuri se poate incinge atmosfera acasa.
Cum ne putem descurca cu acest lucru ca familie?
In general devine dificil pe aceleasi teme, de exemplu cand vine vorba de facut ordine.
Multor familii le ajuta, daca se aseaza impreuna la discutii, de exemplu seara la aceeasi ora.
Toti pot dezbate temele critice si pot face propuneri, cum s-ar putea rezolva.
Pentru a pregati aceasta, va puteti folosi de virus-emoticoane(vezi desenele din scrisoarea pe limba germana) pentru a arata cum va simtiti pe moment. Sentimentele si emotiile copiilor in aceste perioade de criza trebuie luate in serios.

Pentru aceasta trebuie respectate urmatoarele principii:

- Parintii nu au intotdeauna dreptate
- Copiii sunt foarte buni la gasirea de solutii
- Si copiii au dreptul sa termine de vorbit
- Toate sugestiile merita apreciere, chiar daca nu pot fi puse in aplicare. Se poate reactiona de exemplu in felul urmator: „ Nu sunt sigur, daca va functiona asa, mai ai si o alta idee?“
- Cateodata dureaza un timp, pana functioneaza regulile noi.

Important este, ca toti sa respecte acordurile stabilite recent. Fiecare membru al familiei are dreptul, sa aminteasca de regulile noi.
Daca se dovedeste, ca acordurile noi nu functioneaza, se poate discuta la urmatoarea sedinta de familie.

Gandeste-te cum te simti in acest moment: (vezi desenele din scrisoarea in limba germana)

- Ma distrez cu…
- Ma enerveaza…
- Mi-e frica de….
- Sunt mandru/a de….

Idee de joc pentru familie

Infiintarea unui cazinou pentru jocuri in familie.
Toti membrii familiei participa la runda de joc zilnica. Toate rezultatele se noteaza. La sfarsitul saptamanii se hotaraste cine va fi regele sau regina. Toate jocurile, care le aveti la indemana sau acasa, se pot folosi.

Idei pentru jocuri simple

Cine sunt eu?

Este nevoie de creioane, bilete de hartie si banda adeziva. Fiecare jucator sau jucatoare scrie numele unei figuri (persoana, animal sau obiect) pe un bilet si il lipeste unui alt jucator pe frunte, fara ca aceasta persoana sa afle, ce scrie pe bilet.
Cel mai tanar jucator incepe sa puna intrebari, cine ar putea fi. Intrebarile trebuie formulate in asa fel, incat sa se poata raspunde cu „da“ sau „nu“, de exemplu „Sunt o femeie?“- „ Sunt tanar/a?“- „Sunt un om?“ etc. Se pot pune atatea intrebari, pana se raspunde prima data cu „nu“ . Apoi este urmatorul la rand. Cine raspunde primul/a, cine sau ce este, a castigat.

Pictor de luni (Montagsmaler)

Este nevoie de creioane, hartie si un ceas. Se formeaza doua grupe, o grupa care deseneaza si una care ghiceste. Grupa de desen incepe sa deseneze un termen/lucru, ce grupa de ghicit nu il stie. Daca grupa de ghicit ghiceste termenul in timpul stabilit, primeste un punct, daca nu are 0 puncte. Tura urmatoare se schimba grupele. Termenii de desenat/ ghicit pot fi de exemplu: capac de toaleta, motostivuitor, urias, zana, etc.

Ghicitoare de cuvinte

Este nevoie de creioane si hartie. Un jucator se gandeste la un cuvant. Este valabil, cu cat mai lung, cu atat mai greu. Pentru fiecare litera se va face o linie (jos) pe hartie. Scopul este, sa ghicesti cat mai repede cuvantul. Pentru asta se sugereaza litere, care se vor scrie in locurile corespunzatoare, daca sunt corecte, de cate ori se repeta litera.
Cine ghiceste primul cuvantul, primeste un punct.

Sugestii media

www.kabu-app.de
Continuturi pentru copii de varsta scolara, scoala primara, pregatite intr-un mod distractiv si educativ.

www.ohrka.de/
Portal de ascultat

www.abenteuer-regenwald.de
Aventura in padurea tropicala

Motive de colorat: vezi scrisoarea in limba germana
- Virus distractiv
- Virus furios
- Virus fricos
- Virus mandru

Puncte de contact in situatii de suferinta si criza

Multe saptamani petrecute impreuna acasa, poate deveni pentru toti cei implicati foarte epuizant si relatia parinte-copil poate fi afectata. Certuri si conflicte apar des in situatii de exceptie. In cazul in care acestea nu mai sunt limitate, se recomanda cererea unui sfat de specialitate.

- **JUGEND UND FAMILIENTHERAPEUTISCHE BERATUNGSSTELLE REGENSBURG (PUNCT DE CONSULTANTA TERAPEUTICA PENTRU TINERET SI FAMILIE)**

  Tel: 0941/507-2762
  Accesibilitate:
  Luni-Joi orele 8.30 -12.00 si 13.30 -17.00
  Vineri orele 8.30 -15.00

- **LA RISCUL DE PERICLITARE A BUNASTARII COPILULUI SI PENTRU TINERET IN SITUATII DE CRIZA:**

  In timpul orarului
  TEL. (0941) 507-2512
  jugendamt@regensburg.de

  In afara orarului
  TEL. (0941) 507-4760
  jugendschutz@regensburg.de

- **Intrebari financiare:**
  Tel. (0941) 507-3514

- **Diverse intrebari:**
  Tel. (0941) 507-1512
  jugendamt@regensburg.de

- Sau: www.bke-beratung.de

STADT REGENSBURG

Familie im Alltag

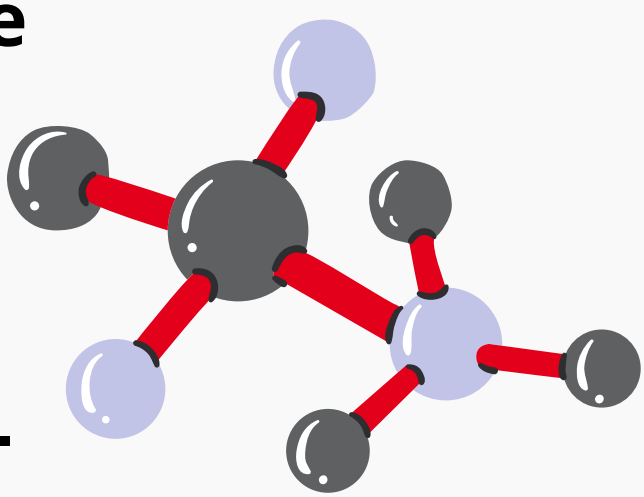
Konflikte im Familienleben

Viren-Emojis

Spielidee für die Familie

Medientipps

Ansprechstellen in Not- und Krisensituationen



FAMILIENLEBEN

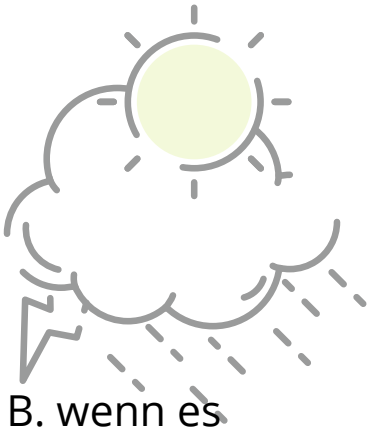
in Zeiten von Corona - Covid 19

16.04.2020

Amt für Jugend und Familie
Regensburg 5

KONFLIKTE IM FAMILIENLEBEN

Die Familie ist die ganze Zeit zuhause und sitzt aufeinander, da kann es unweigerlich zu Streitereien und Konflikten kommen.



MIT KONFLIKTEN UMGEHEN

In diesen Zeiten kann es zuhause durchaus mal hoch hergehen.
Wie kann man als Familie damit umgehen?
Es wird meistens bei den gleichen Themen schwierig, z. B. wenn es ums Aufräumen geht.
Vielen Familien hilft es, wenn sie sich öfter zusammensetzen, z.B. jeden Abend um dieselbe Zeit. Alle können kritische Themen ansprechen und Vorschläge machen, wie sie gelöst werden können.
Zur Vorbereitung können die Viren-Emojis auf der nächsten Seite genutzt werden, um zu zeigen, was gerade los ist! Die Gefühle der Kinder in diesen Krisensituationen müssen ernst genommen werden.
Folgende Grundsätze sollten dabei beachtet werden:

- Eltern haben nicht immer Recht
- Kinder sind im Finden von Lösungen sehr gut
- auch Kinder dürfen ausreden
- alle Vorschläge verdienen Wertschätzung, auch wenn sie nicht umsetzbar sind. Man kann dann z.B. so reagieren: „Ich bin mir nicht sicher, ob das so funktioniert, fällt dir noch was anderes ein?“
- manchmal dauert es ein bisschen, bis die neuen Regeln funktionieren

Wichtig ist, dass sich alle an die neu gefundenen Vereinbarungen halten. Jedes Familienmitglied hat das Recht, an die neuen Regeln zu erinnern.
Wenn sich herausstellt, dass die neuen Absprachen nicht funktionieren, kann das bei der nächsten Familiensitzung besprochen werden.

Überlege, wie es dir gerade geht

@vablo_

SPIELIDEE FÜR DIE FAMILIE

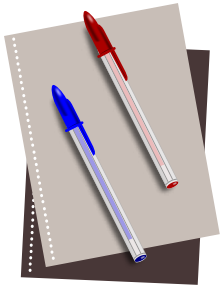
Einrichten eines familiären Spielcasinos.
Alle Familienmitglieder nehmen an den täglichen Spielrunden teil. Die Spielergebnisse werden notiert. Am Ende der Woche steht der Spielkönig oder die Spielkönigin fest. Alle Spiele, die vorhanden sind, können genutzt werden.

IDEEN FÜR EINFACHE SPIELE

Wer bin ich?

Benötigt werden Stift, Zettel und Klebeband.
Jeder Spieler und jede Spielerin schreibt den Namen einer Figur (Person, Tier oder Gegenstand) auf einen Zettel und klebt ihn einer mitspielenden Person auf die Stirn, ohne dass diese Person erfährt, was darauf steht.
Der oder die Jüngste fängt jetzt an Fragen zu stellen, wer er oder sie sein könnte. Die Fragen müssen so gestellt werden, dass sie mit "Ja" oder "Nein" beantwortet werden können, z.B. bin ich eine Frau, bin ich jung, bin ich ein Mensch usw.? Es können so viele Fragen gestellt werden, bis das erste Mal die Antwort "Nein" lautet. Dann ist die nächste Person dran.
Wer als Erster oder Erste errät, wer er oder sie ist, hat gewonnen.

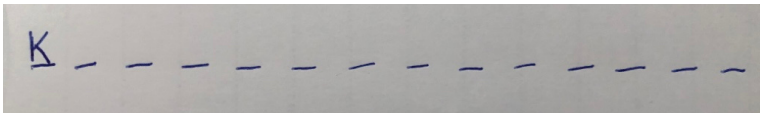
Montagsmaler



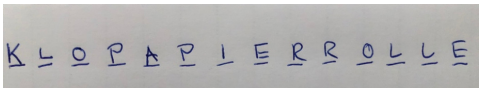
Benötigt werden Stift, Zettel und eine Uhr.
Es werden zwei Gruppen gebildet. Eine Zeichengruppe und eine Rategruppe. Die Zeichengruppe beginnt einen Begriff zu zeichnen, den die andere Gruppe nicht kennt. Wenn die Rategruppe den Begriff innerhalb der vereinbarten Zeit errät, erhält sie einen Punkt. Wenn nicht bekommt sie null Punkte. In der nächsten Runde wird die Rategruppe zur Zeichengruppe.

Begriffe können sein:
Klobrille, Gabelstapler, Riese, Fee, Nasenbohrer usw.

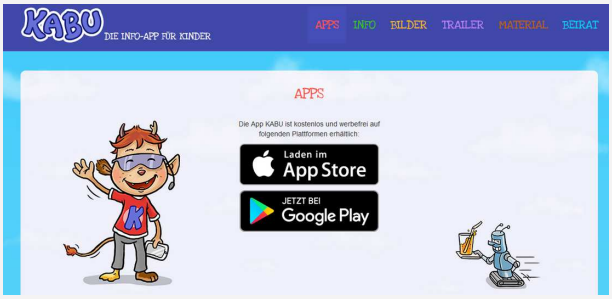
Wörterrätsel



Benötigt werden Stift und Zettel.
Ein Spielender denkt sich ein Wort aus. Dabei gilt, je länger desto schwieriger. Für jeden Buchstaben wird ein Strich auf das Blatt Papier gemalt. Das Ziel ist es, das Wort so schnell wie möglich zu erraten. Dabei dürfen Buchstaben vorgeschlagen werden - die dann an die entsprechende Stelle geschrieben werden. Wenn der Buchstabe mehrmals vorkommt, wird er so oft wie nötig eingetragen.
Wer das Wort als Erstes errät, bekommt einen Punkt.



MEDIENTIPPS



www.kabu-app.de
Inhalte für Kinder im Grundschulalter unterhaltsam und lehrreich aufbereitet

Ohrka
Riesig für Kinder

www.ohrka.de/
Hörportal für Kinder

www.abenteuer-regenwald.de
Abenteuer im Regenwald

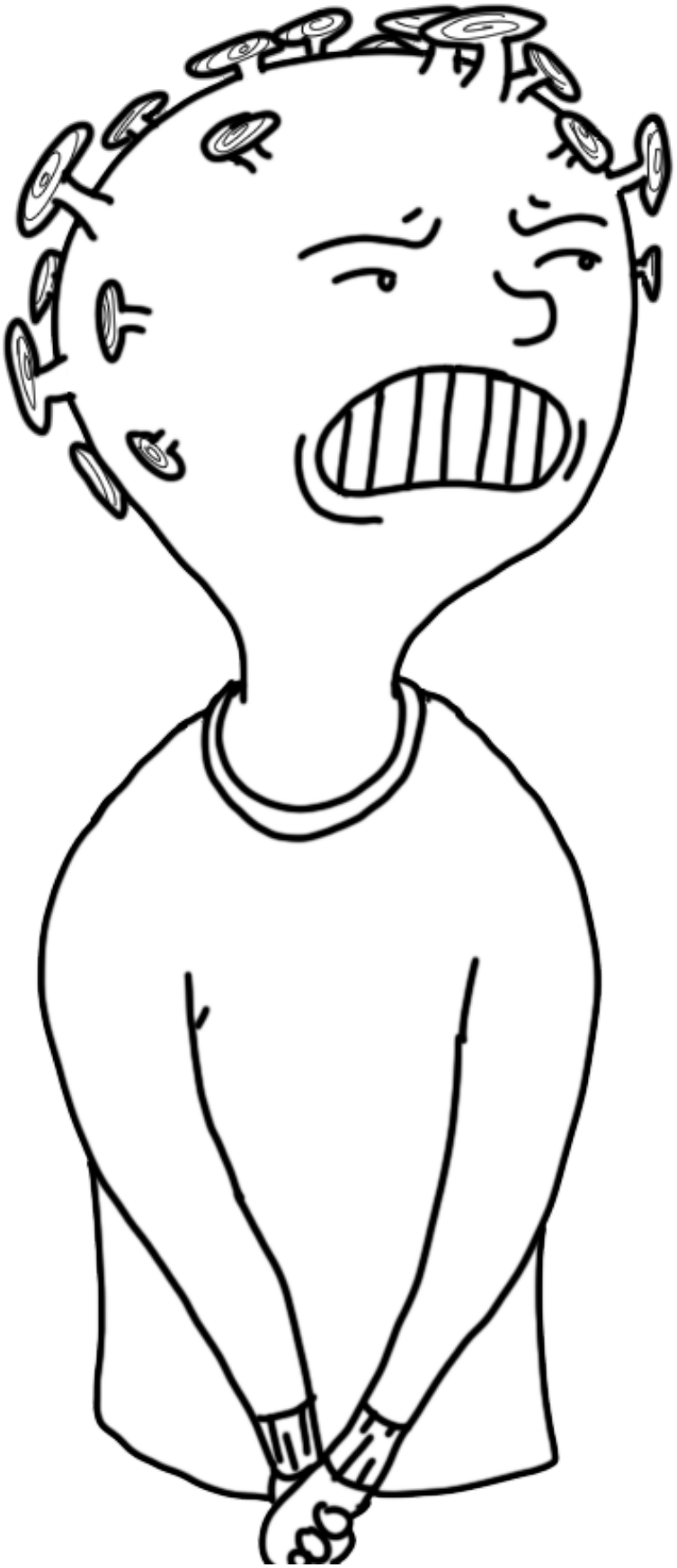
Mal mich bunt

Spaßvirus

@vablo_

Wutvirus

@vablo_



Angstvirus

@vablo_

Stolzvirus

@vablo_

ANSPRECHSTELLEN FÜR NOT- UND KRISENSITUATIONEN

Viele Wochen zusammen zu Hause zu verbringen, kann für alle Beteiligten ziemlich anstrengend werden und die Eltern-Kind-Beziehung belasten. Konflikte und Streitereien entstehen in Ausnahmesituationen häufiger. Falls diese nicht mehr eingrenzbar werden, empfiehlt es sich, fachlichen Rat einzuholen.

JUGEND UND FAMILIENTHERAPEUTISCHE BERATUNGSSTELLE REGENSBURG

Tel: 0941/507-2762

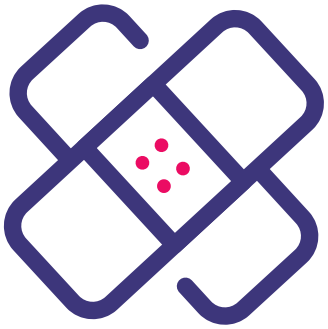
Erreichbarkeit:
Mo-Do 8.30 -12Uhr 13.30 -17.00 Uhr,
Fr 8.30 -15 Uhr

BEI KINDESWOHLGEFÄHRDUNGEN UND FÜR JUGENDLICHE IN KRISENSITUATIONEN:

während der Bürozeiten
TEL. (0941) 507-2512
jugendamt@regensburg.de

außerhalb der Bürozeiten
TEL. (0941) 507-4760
jugendschutz@regensburg.de

Finanzielle Fragen: Tel. (0941) 507-3514
sonstige Fragen Tel. (0941) 507-1512
jugendamt@regensburg.de



oder: www.bke-beratung.de