



Liebe Eltern, Erziehungsberechtigte, Geschwister und Familie!

Woche drei und alles erscheint ein Stück schwerer. Routine will sich nicht einstellen, die Anforderungen sind groß und die Sorgen minimieren sich auch nicht. Mein Alltag ist auch stets am Rutschen! Und meine Rollen, die ich so habe zwischen Mutter, Tochter, Hausfrau, Sozialarbeiterin, Fahrdienst, Versorgerin, Lehrerin, Putze, Köchin, Sportlerin... rutschen durch die Zeit. Jedenfalls bildet sich dies so bei mir ab. Hut ab, wer dies gewuppt bekommt.

Die Kinder und Jugendlichen haben ausreichend Aufgaben und dürfen sich auf Lernplattformen einfuchsen. Die Hilfestellung wird manchmal eingefordert und ich sehe mich mit Themen konfrontiert, die schon lange zurückliegen und behaftet sind mit den Zweifeln, „Kann ich das noch!“ Und so eng aufeinander geworfen, ist eben manchmal zu eng. Die kleinen Macken und Unachtsamkeiten nerven, die Erwartungen sind groß, ich selber stehe mir im Weg. Wenn es ihnen besser geht: Herzlichen Glückwunsch und Bewunderung!!!

Ich habe angefangen meinen Tag und die Homeoffice mit einem klaren Stundenplan zu versehen. Ich brauche dies, um mich a) nicht zu verzetteln, b) meinen Verpflichtungen nachzukommen, c) Pausen bewusst zu gestalten z.B. mit Radfahren und d) mich mit der einen oder anderen Tätigkeit abzugrenzen, auch mal mit Corona-Nachrichten-Pause.

Und ich berausche mich manchmal an der schönen Natur, die erwacht und mit den Blüten, Düften und leider auch Pollen mein Leben reicher macht.

Ich wünsche Ihnen von Herzen Durchhaltekraft, gute Nerven, Selbstfürsorge und Geduld. Bleiben Sie gesund.

Simone Benke-Saathoff

Natürlich können Sie jederzeit mit mir Kontakt aufnehmen!