

# MODUL 2

## MITSCHRIFT

Lernbegleitung, Lernumgebung, Ressourcen  
Umfeld & Unterstützung, Vertrauen

**SELBSTBESTIMMTE BILDUNG**  
IN DEUTSCHLAND LEBEN



FAMILIENZEIT-ENTDECKEN.DE

## **1. Welche Unterstützung wird bereits genutzt?**

- Bücher, Museumsbesuche, Recherchen im Internet
- Bücherei
- Andere im Umfeld mit einbeziehen
- Online Angebote nutzen

## 2. Was sind die größten Herausforderungen bei freier Zeiteinteilung?

- LangeweileRaum geben
- Fokussieren
- Überblick gehalten
- Struktur reinbringen / eigenen Rhythmus entwickeln
- ggf. Deschooling Prozesse aushalten
- Eigene Bedürfnisses Raum geben
- das" Nichtstun" aushalten
- Alte Glaubenssätze hinterfragen (Erst Gitarre dann E- Gitarre)
- Dem jungen Menschen voll und ganz vertrauen und dennoch begleiten

## 3. Deschooling

- Fremdbestimmung bewusst wahrnehmen
- Erwachsene / Eltern sind ggf. noch nicht entschult
- Prägungen brechen in der Begleitung auf
- Eltern die frei sich bildende junge Menschen begleiten, dürfen selbst einen Deschooling Prozess durchbrechen
- Werte / Prägungen / Glaubenssätze hinterfragen
- Gewusst gewaltvolle Sprache / Worte / Handlungen identifizieren
- Adultistische Strukturen erkennen
- Kognitive Dissonanz
- kann sehr schmerzhaft Prozesse anstoßen (Neustart mit Systemupdate)

## **4. Ideen für Vereinbarkeit von Familie / Begleitung der Kinder / Job / Struktur im Alltag**

- Tut Dinge die euch wirklich gut tun (Leckeres Essen, spazieren gehen, Hilfe annehmen, Auszeiten nehmen)
- Nervensystem trainieren (Eisbaden, Barfuss über Schotter, Schaukeln etc)
- Lernen Bedürfnisse klar formulieren und integrieren
- “Was würde die Freude tun?” “Folge der Freude!”
- Uns wertschätzen was wir tun!
- Dankbar sein für das was ist