



FREUDE AM BEGLEITEN VON KINDERN MIT HÖRBEETRÄCHTIGUNG

Tipps für Familien



Fostering Joy (Freude fördern) ist eine Bewegung für Familien und Fachleute, mit dem Ziel, die Freude an der Erziehung eines Kindes mit Hörbeeinträchtigung zu stärken. Fostering Joy bietet Ressourcen für Familien und Fachleute, um die Entwicklung und das Vorankommen von Kindern mit Hörbeeinträchtigung zu unterstützen.

Liebevolle und unterstützende Familien bieten eine gute Basis für soziale und emotionale Gesundheit und Wohlbefinden. Wenn sich Familien auf spezielle Augenblicke konzentrieren, die ihnen besonders Freude machen, dann hilft ihnen das dabei, Sorgen und Ängste ein wenig zu vergessen und sich an liebevolle und natürliche Eltern-Kind-Beziehung zu erinnern.

Kurze Auszeiten vom Stress des Alltagslebens zu nehmen hilft Familien dabei, jene freudvollen Momente bewusst zu erkennen und zu schätzen, die wir immer wieder in der Erziehung von Kindern erleben dürfen. Hier finden Sie ein paar Tipps von Familien, wie es gelingen kann, jeden Tag kleine Freuden zu finden, sich Zeit zu nehmen um Meilensteine zu feiern, sich mit ihrem Kind verbunden zu fühlen und das Licht ihrer Liebe durchscheinen zu lassen.

- Finden Sie jeden Tag etwas, wofür Sie dankbar sein können
- Nehmen Sie sich jeden Tag ein paar Minuten Zeit, um tief durchzuatmen, zu lachen und vergnügt mit Ihrem Kind zu kuscheln
- Sehen Sie die Welt mit den Augen Ihres Kindes – seien Sie aufmerksam für die kleinen Wunder, die Begeisterung und die Liebe!
- Genießen Sie zusammen mit Ihrem Kind die Erinnerung an Dinge, die Sie zum Lächeln gebracht haben, die ein Erfolg waren und Ihnen Mut und Hoffnung gemacht haben
- Sorgen Sie für Ausgeglichenheit und Erholung: machen Sie einen Spaziergang gemeinsam in der Natur, machen Sie «Baby-Yoga» oder lesen Sie gemeinsam ein lustiges Buch
- Verbinden Sie Termine oder Therapien mit einer kleinen Essensbelohnung oder einem Ausflug, etwas das Ihnen und Ihrem Kind Spaß macht
- Vertrauen Sie darauf, dass es sich auszahlt, Raum für Freude zu schaffen – Freude führt zu besserem Lernen und einer tieferen Bindung zwischen Ihnen und Ihrem Kind
- Dokumentieren Sie die gemeinsame „Reise“ Ihrer Familie mit Bildern, Videos, Social Media, oder in einem Tagebuch (ein paar kurze Sätze reichen!)
- Nehmen Sie sich Zeit, regelmäßig die Geschichte Ihres Kindes und Ihrer Familie durchzugehen und denken Sie dabei daran, wie weit Sie schon gekommen sind
- Legen Sie Ihre To-Do-Liste beiseite und tun Sie etwas mit Ihrem Kind was Sie beide lieben – machen Sie einen Spaziergang oder spielen Sie Verstecken, machen Sie Seifenblasen, kochen oder tanzen Sie, ...
- Führen Sie ein Tagebuch über alle gemeinsamen Erlebnisse mit Ihrem Kind, die ein Lächeln auf Ihre Lippen und Freude in Ihr Herz zaubern (Papier- oder App-basiert)
- Planen Sie jeden Tag Zeit ein, um einfach nur für Ihr Kind da zu sein
- Stellen Sie zu Hause eine Glücksbox auf, in die jedes Familienmitglied Zeichen für freudige Momente legen kann (einen schönen Stein, ein Foto, ein Andenken an den letzten Ausflug, ...)
- Würdigen und schätzen Sie sich selbst und alles, was Sie tun, um für Ihr Kind einzutreten und es zu unterstützen!

<https://handsandvoices.org/resources/fostering-joy.htm>