frühförderung kinderhilfe

Vom Wirrwarr der Gefühle

Die emotionale Entwicklung von Kindern fördern

frühförderung kinderhilfe

Gefühle sind angeboren.

Sie sind der Grund, warum Menschen etwas tun oder lassen. Sie leiten uns durch das Leben, bestimmen unser Denken und Handeln.

frühförderung kinderhilfe

Gefühle machen sich im Körper bemerkbar

frühförderung kinderhilfe

In der Elternrolle tief berührt von eigenen Gefühlen und so gefordert, wie sonst nirgends. Das kann wunderbar sein, verunsichern und Stress auslösen.

Anregungen

Ermutigung

Bestätigung

frühförderung kinderhilfe

Was Sie heute erwartet:

- Warum erleben Kinder Gefühle so intensiv?
- Wofür sind Gefühle gut?
- Wie gehe ich mit meinen eigenen Gefühlen so um, dass sie meine Beziehung zu meinem Kind bereichern statt behindern?
- Was brauchen Kinder, damit sie ihre emotionalen Fähigkeiten gut entwickeln können?
- Stolpersteine und Möglichkeiten

frühförderung kinderhilfe

Kinder werden oft von der Macht ihrer Gefühle überwältigt.

Sie erleben Gefühle intensiv, weil…

- sie wenig Wissen, wenig Erfahrungswerte über Gefühle haben
- Sie völlig in der Gegenwart leben – die Zukunft liegt in weiter Ferne, das Ende eines Problems ist nicht absehbar
- Egozentrisches Weltbild – Ich Bezogenheit
- Gedankliche Fixierung, Tendenz zur Fehldeutung

frühförderung kinderhilfe

Wofür sind Gefühle gut?

- Wut: Um unser Bedürfnis durchzusetzen
- Trauer: Um etwas anzunehmen
- Freude: Um etwas wertzuschätzen
- Angst: Um mit dem Unbekannten umzugehen
- Scham: Um uns selber zu reflektieren

Vivian Dittmar - Kleine Gefühlskunde für Eltern: Wie Kinder emotionale & soziale Kompetenz entwickeln

frühförderung kinderhilfe

Wie entwickeln sich diese Gefühle?

Freudekraft: Babys freuen sich am Leben oder signalisieren ALARM – hier stimmt was nicht!

frühförderung kinderhilfe

Wutkraft

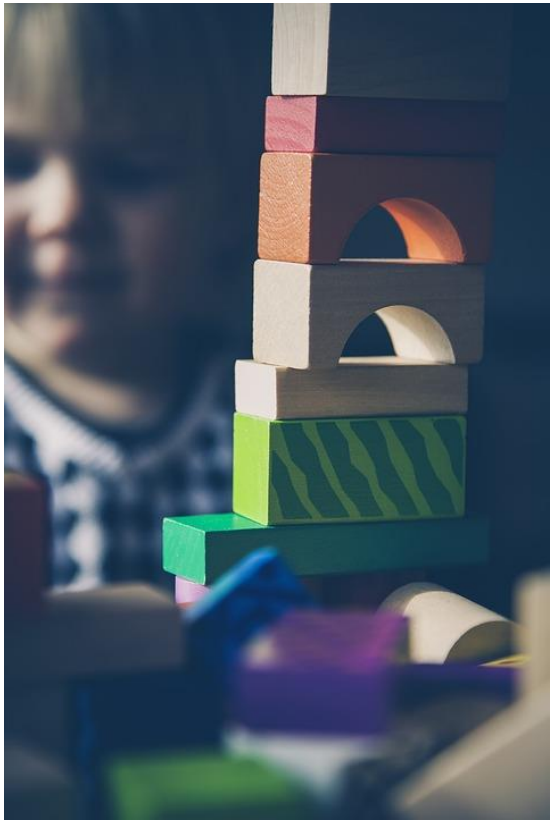
Kleinkind wird sich seiner Fähigkeit etwas zu beeinflussen, zu bewegen oder zu verändern bewusst.

ABER:

Fähigkeit ist begrenzt.

Nicht alles gelingt.

Pläne werden durchkreuzt.



frühförderung kinderhilfe

Wutkraft als deutliche Forderung, dass etwas geändert werden soll.

Was tun? Den Willen verwehren oder stattgeben?

- Kinder brauchen Würdigung der Wutkraft
  Anerkennen, dass Kind Fähigkeit entwickelt, für seine Bedürfnisse einzustehen.
- Kinder brauchen Widerstand durch das erlebbare Bedürfnis eines Gegenübers, weniger durch Regeln und Moral

frühförderung kinderhilfe

Trauerkraft

- Weinen des Kindes ist ein Zeichen dafür, dass es annimmt, dass es loslässt, dass es um einen nicht erfüllten Wunsch trauert.
- Echter Trost macht nicht die Trauer weg.
- Stille, liebevolle Präsenz, ich bin da, ich würdige Deine Trauer.

frühförderung kinderhilfe

Neugier ringt mit der Angst, die Abenteuerlust mit der Sehnsucht nach dem Vertrautem.

frühförderung kinderhilfe

Angstkraft: Angst haben will geübt sein

- Für Umgang mit Veränderungen, Abenteuern, Ungewissheiten
- Angstkraft entwickelt sich in der bewussten Auseinandersetzung mit der Grenze
- Nicht Drängeln oder Hindern, sondern Worte finden
- Kind „ergebnisoffen“ belgeiten

Angstkraft: Angst haben will geübt sein

insbesondere bei Risiken, die vor allem vom Kind selber abhängen

- Ziel: Grenze des Bekannten ausdehnen und dabei auf sich selber aufpassen
- Auf Risiken aufmerksam machen
- Eigene Lebenserfahrung zur Verfügung stellen

Scham - Erfahrungslernen

Es passiert was, Kind ist betroffen, erschrocken, verlegen…

- es reflektiert sich
- erkennt Zusammenhang zwischen Auswirkung und eigenem Verhalten
- UND lernt welches Verhalten funktioniert, welches nicht – je nach Gegenüber und Situation

frühförderung kinderhilfe

frühförderung kinderhilfe

Ziel: Fehlerfreundlichkeit

- Gesunder Umgang mit Fehlern und Schwächen
- Statt Selbstzweifel und Selbstvorwürfe
- Ggf. Wiedergutmachung

frühförderung kinderhilfe

Kinder brauchen all ihre Gefühle.
Jedes Gefühl hat eine Funktion in einer bestimmten Situation.

Und Erwachsene?

frühförderung kinderhilfe

Wie gehe ich mit meinen eigenen Gefühlen um, so dass sie meine Beziehung zu meinem Kind bereichern statt behindern?

ELTERLICHE Wutkraft

- Schutz des Kindes in Gefahrensituation
- Schutz vor Übergriffen Stärkerer
- Stoppen von Übergriffen ggü. Schwächeren

frühförderung kinderhilfe

ELTERLICHE Wutkraft

Eltern brauchen Wutkraft, um angemessen für Ihre Bedürfnisse im Strom der nie endenden kindlichen Bedürfnisse einzustehen.

Die Kunst klar zu sein und „Stopp“ zu sagen

- Wahren der eigenen Grenzen
- Einstehen für eigene Bedürfnisse
- Wohldosiert!

frühförderung kinderhilfe

ELTERLICHE Trauerkraft

„Ja, so ist es.“ Anders, als ich es gern hätte.

Ich kann oder möchte es nicht ändern. Schade!

- Eigenes Bedürfnis loslassen
- Kinder annehmen, wie sie sind
- Annehmen, dass Kindern nicht alle Bedürfnisse erfüllt werden können

frühförderung kinderhilfe

ELTERLICHE Angstkraft

Um wachsam vor Gefahren schützen

Aufbruch ins Ungewisse

- Einlassen auf das Abenteuer Leben mit Ihrem Kind
- Dem Unbekannten im Elternsein begegnen
- Dem Unbekannten im Kind begegnen
- Angst davor etwas nicht verändern oder annehmen zu können, wenn es anders ist, als wir es gern hätten

frühförderung kinderhilfe

Angstkraft ist wichtig, um Risiken und Grenzen abzuschätzen

Angst als permanenter Erregungszustand lähmt und strengt an. Wir können unsere Gestaltungsspielräume nutzen:

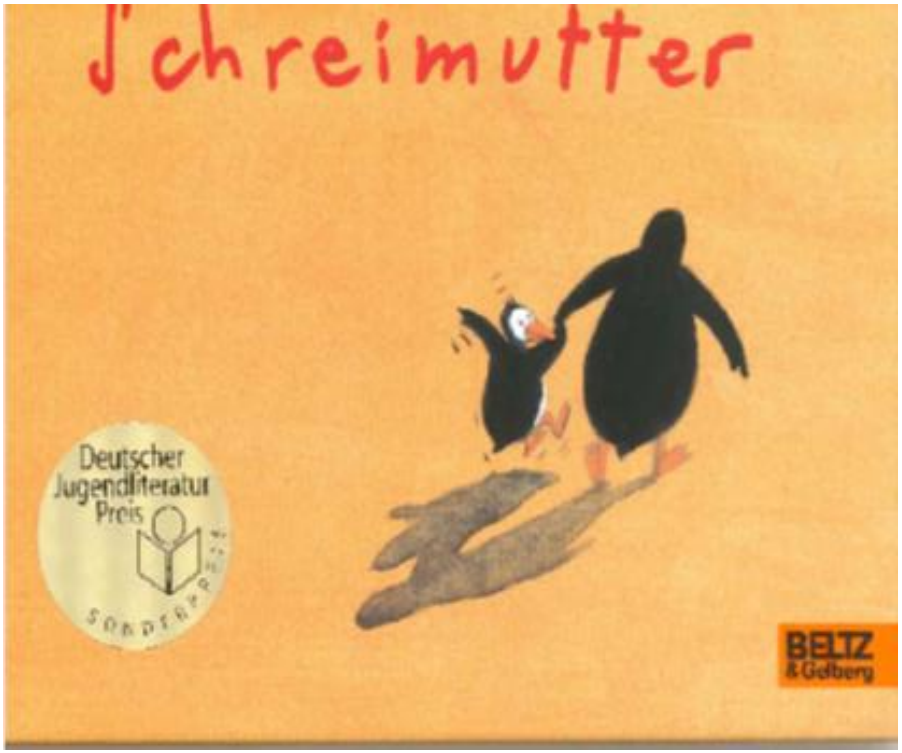
- Wo kann ich verändernd eingreifen und wo nicht? (WUTKRAFT)
- Wie kann ich annehmen was ist, auch wenn ich es mir anders gewünscht hätte? (TRAUERKRAFT)

SCHAMKRAFT- Fehlerfreundlichkeit

- Um sich selbst in Frage zu stellen
- Sich zu entwickeln
- Dem Kind zu zeigen, dass es OK ist, Fehler zu machen
- eigene Perfektionsansprüche loszulassen
- Wertschätzung für tägliche Leistung!!!

frühförderung kinderhilfe

Wiedergutmachung, Verantwortung übernehmen, sich entschuldigen



Perfekte Eltern sind ein Schicksalsschlag (Bernd Schmid)

Good enough Mutter,
statt Curling Mum

Kinder lernen bei der Bewältigung von Unwägbarkeiten Lebenskompetenzen.

frühförderung kinderhilfe

Elterliche FREUDEKRAFT

- Du bist Wunderbar
- Wertschätzung und Würdigung von Herz zu Herz
- Dies bekräftigt, gibt Orientierung
- Kinder zeigen positive Emotionen häufiger, wenn sie viel Aufmerksamkeit und körperliche Zuwendung erfahren

frühförderung kinderhilfe

Freudekraft

- Welches Gesicht biete ich dem Kind an, was sagt mein Blick?
- Welche Atmosphäre stelle ich her?
- Wie „docke“ ich an die Welt des Kindes an"?

  Interesse für seine Vorstellungen und Ideen

frühförderung kinderhilfe

Eltern sind Vorbild in Sachen Gefühle

- Gefühle sind ansteckend
- Kinder lernen durch Beobachtung und ahmen nach
- Welchen Umgang mit Enttäuschung, Unzufriedenheit, Trauer, Wut?
- Eigene Reaktion zeigt Wirkung. Reagieren wir gestresst, genervt verschlimmert sich oft die Gefühlslage.

frühförderung kinderhilfe

Wodurch schaffen wir Bedingungen, in denen das Kind lernt, sich selber zu regulieren?

DENN:

Nicht jedes Problem lässt sich lösen, oft geht es um die Gefühlsachterbahn, mit dem Frust noch nicht angemessen umgehen zu können.

Merkmale von Gefühlsentladung

- In keinem Verhältnis zur tatsächlichen Situation
- Nicht rational
- Zerrissenheit
- Ausbruch hat nichts mit Gegenüber zu tun
- *Kleine Kinder entladen sofort*
- *Kinder entladen dort, wo sie sich sicher, geborgen und geliebt fühlen*

frühförderung kinderhilfe

Entladung muss weder verstanden, noch unterbunden werden. Sie findet ihr natürliches Ende.

- Da sein ohne sich einzumischen
- Gefühle annehmen, nicht verändern
- Mitfühlen, ohne uns von den Gefühlen vereinnahmen oder überwältigen zu lassen

frühförderung kinderhilfe

Ruhig bleiben und mit dem Kind aushalten, was gerade ist.

frühförderung kinderhilfe

Kinder haben ein Recht auf ihre Gefühle - auch auf die Unbequemen!
Sie wachsen an der Zumutung

Anstauen der Emotionen durch liebevolle Bemühungen:

- Ausreden, Verharmlosen
- Zerreden
- Beschwichtigen, Ablenken
- Unterdrückung

frühförderung kinderhilfe

UND DENNOCH!

- Unterschied zwischen Gefühlen und Verhalten ist entscheidend! Eltern können Gefühl verstehen und Verhalten nicht in Ordnung finden.
- Ich verstehe, dass Du enttäuscht und wütend bist UND DENNOCH…
- Kind fühlt sich verstanden, Gefühl wird kleiner.

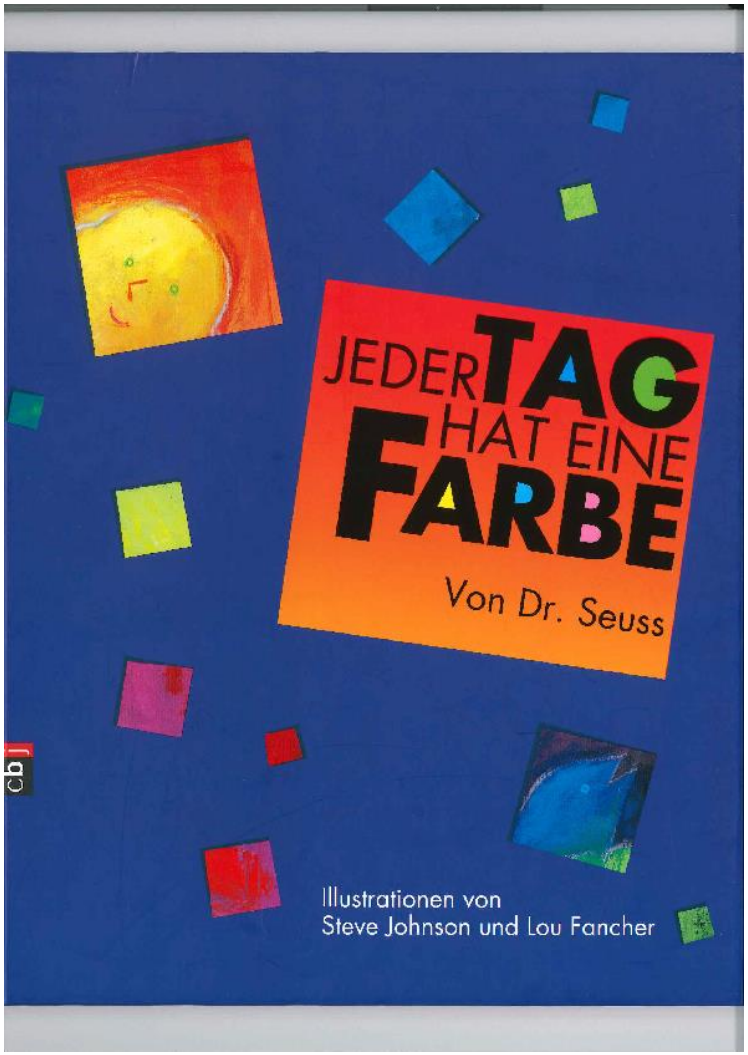
frühförderung kinderhilfe

Worte für Gefühle

- Indem wir dem Kind seine Gefühle 'spiegeln', helfen wir dem Kind, die eigenen Gefühle wahrzunehmen, sie zu unterscheiden, sie in Worte zu fassen und zu verarbeiten.
- Kinder, die ihre eigenen Gefühle erkennen und einordnen können, können dies auch bei Ihrem Gegenüber (Mitgefühl).

frühförderung kinderhilfe

Bücher, Rollenspiele



frühförderung kinderhilfe

Was Kinder brauchen im Überblick

- **Einfach da sein**
- **Einfach zuhören**
- **Gefühle benennen**
- **Bedürfnisse benennen**

frühförderung kinderhilfe

Was Eltern brauchen:

Lassen Sie es sich gut gehen, denn gut versorgte Erwachsene sind die besseren Eltern.

www.zeitzuleben.de

Heute schon etwas so richtig **genossen**?

frühförderung kinderhilfe

Stolpersteine: Was nutzt im Umgang mit schwierigen Lebensbedingungen?

- Vertrauen & Optimismus
- Stolpersteine erkennen und eingestehen
- Gut für sich sorgen
- Unterstützung holen

frühförderung kinderhilfe

Unterstützungsangebote: Informationen, Beratung & Entlastung

- Kinderarzt
- Mutter- Kind Treffen
- Frühe Hilfen, KOKI
- Frühförderung (Geburt bis zur Einschulung)
- Familienberatungsstelle
- Angebote der Kinder- und Jugendhilfe

frühförderung kinderhilfe

Offenes Beratungsangebot für Eltern, die sich um die Entwicklung ihres Kindes sorgen und nicht wissen, wie ihre Beobachtungen einzuschätzen sind.

frühförderung kinderhilfe

Interdisziplinäre Behandlungs- und Beratungsstelle für entwicklungsverzögerte und behinderte Kinder

- Hofmannstraße 67
  91052 Erlangen

frühförderung kinderhilfe

Interdisziplinäre Frühförderung

Behandlungs- und Beratungsstelle

für entwicklungsauffällige und behinderte Kinder von Geburt bis zur Einschulung

Logo-pädie

Ergo-therapie

Physio-therapie

Psycho-motorik

Psycho-logie

1. Offenes Beratungsangebot
2. Interdisziplinäre Eingangsdiagnostik
3. Förderung/Therapie ambulant und mobil

Heilpä-dagogik

Unsere Angebote beziehen sich auf die Gesamtentwicklung des Kindes, seine Befindlichkeit und sein Umfeld; mit dem Ziel, ungehindert und gestärkt durchs Leben zu gehen.

frühförderung kinderhilfe

frühförderung kinderhilfe

Kinder sind die besten Lehrmeister, die man wählen kann. (Goethe)

frühförderung kinderhilfe

Zum Abschluss:

Kinder laden uns zu einer persönlichen Entwicklungsreise ein:

Wir lernen etwas über Führung,

über uns, wie wir in Beziehung gehen,

wie wir uns ausdrücken

wie wir Unsicherheit und Verwundbarkeit zulassen.

Es ist intelligent unsicher zu sein!

frühförderung kinderhilfe

Schön, dass Sie heute hier waren!