



포스터링 조이 (Fostering Joy)

참고 자료:



네덜란드에 오신 것
을 환영합니다
(어느 부모의 시)



포스터링 조이



힘든 시기에 기
쁨을 찾는 법



포스터링 조이 웨비나
(아래로 스크롤하세요)

포스터링 조이는 더 인스티튜트(The Institute)와 핸드 앤 보이스(Hands & Voices, 약칭 HV) 두 기관이 협력하여 운영하는 프로그램입니다. 포스터링 조이는 전문가와 부모가 전개하는 운동입니다. HV는 부모를 대상으로 포스터링 조이에 대한 지원과 홍보에 초점을 두고 있으며 더 인스티튜트는 전문가에게 정보를 제공하고 지원합니다.

- 포스터링 조이는 청각 장애/난청(DHH) 아동을 기르는 과정에서 맛보는 기적에 중점을 둡니다.
- 'joy(기쁨)'은 우리의 정체성과 우리가 경험하는 순간이 서로 부합할 때 강력하고 일시적으로 발생하는 긍정적인 감정입니다.
 - '기쁨'은 내면의 감정입니다. 행복은 외적인 표현입니다. 기쁨은 고난과 시련을 견디며 의미, 목표와 연결되어 있습니다. 인간은 행복을 추구하지만 기쁨은 선택할 수 있습니다.
- 육아는 하나의 여행입니다. 육아라는 여행이 계획과 어긋나면 예상치 못한 감정으로 이어질 수 있습니다. 이러한 감정에 관해 생각하고 말하는 것은 이를 가족의 여정으로 인정하는 건강한 방법입니다.
 - 포스터링 조이는 DHH 아동을 키우는 것이 힘들다는 점을 알고 있습니다. 하지만 어려운 시간 속에서도 기쁨을 찾을 수 있습니다.
- 연구에 따르면 관심이 집중되는 곳에서 두뇌가 '재정비'된다고 합니다. 기쁨에 초점을 둔 순간이나 습관을 의도적으로 만들어낼 때 자신과 타인, 그리고 자신의 상황을 긍정적인 눈으로 바라볼 수 있습니다.
 - '우리가 느끼는 기쁨은 삶의 상황과는 아무런 관계가 없으며 삶 속에서 집중하는 것과 관련이 깊다' - 러셀 M. 넬슨(Russell M. Nelson)
- 자녀와 함께 기쁜 순간을 즐기고 새로운 능력을 배우고 익히는 동안 자녀의 놀라운 성장을 지켜보는 것이 포스터링 조이가 바라는 모습입니다.
 - 기쁜 순간에 초점을 두면 걱정을 떨쳐버리고 자연스럽게 사랑하는 부모-자녀의 관계에 집중하게 됩니다.
- 포스터링 조이의 목적은 매일 매순간 애정과 지지에 기반을 둔 상호작용을 형성하고 독려하는 것입니다. 기쁨을 더하는 방법:
 - 매일 감사한 일을 찾아서 가족과 공유하거나 일기에 적기.
 - 독서, 원예, 운동 또는 산책 등 자녀와 함께 즐기고 공유할 수 있는 시간 내기.
 - 기쁨을 주는 친구 찾기: 친구는 여러분의 기쁜 습관을 유지하게 도와주고 힘든 시기에 용기를 북돋울 것입니다.
- 영어와 스페인어로 된 HV 포스터링 조이 저널을 이용할 수 있습니다. 어린이용 저널도 함께 제공됩니다. 포스터링 조이 QR 코드를 스캔하면 저널과 자세한 정보가 수록된 웹 페이지에 접속할 수 있습니다.