



# „Fostering Joy“ (Freude kultivieren)

## Ressourcen:



Willkommen in Holland  
(Welcome to Holland –  
Blogartikel)  
(Gedicht eines Elternteils)



Kultivieren Sie  
Freude



So kultivieren Sie  
auch in schwierigen  
Zeiten Freude



Fördern Sie Freude  
Webinar  
(nach unten scrollen)

Fostering Joy ist eine Kooperation zwischen zwei Organisationen, The Institute und Hands & Voices (HV). Es handelt sich um eine Kooperation zwischen Experten und Eltern. HV konzentriert sich darauf, Eltern auf Fostering Joy aufmerksam zu machen und sie zu unterstützen, während The Institute Informationen und Unterstützung für Experten bietet.

- Die Bewegung „Fostering Joy“ feiert die Besonderheiten von tauben/schwerhörigen Kindern und bei deren Erziehung.
- Freude ist ein intensives, vorübergehendes positives Gefühl, das entsteht, wenn unsere Identität und der Moment, den wir erleben, gut zueinander passen.
  - Freude ist ein Gefühl in unserem Inneren. Es wird durch Fröhlichkeit nach außen ausgestrahlt. Freude hält auch schweren Zeiten stand und hilft uns, Ziele und Bedeutung zu erkennen. Eine Person, die nach Fröhlichkeit strebt, entscheidet sich für Freude.
- Ein Kind großzuziehen ist eine Reise. Wenn unser Weg als Eltern von dem abweicht, was wir erwartet haben, kann dies Gefühle hervorrufen, mit denen wir nicht gerechnet haben. Über diese Gefühle nachzudenken und zu sprechen ist eine gesunde Methode, um diesen Teil Ihrer Reise als Familie zu akzeptieren.
  - Fostering Joy erkennt an, dass das Großziehen eines tauben/schwerhörigen Kindes eine Herausforderung sein kann – doch auch in den schwierigsten Zeiten können wir Freude kultivieren.
- Studien beweisen, dass unser Hirn sich an das anpasst, worauf wir uns konzentrieren. Wenn Sie bewusst Momente oder Gewohnheiten schaffen, die mit Freude in Verbindung stehen, können Sie eine herzlichere Einstellung sich selbst, anderen und verschiedenen Situationen gegenüber schaffen.
  - *„Die Freude, die wir spüren, hat weniger mit unseren Lebensumständen zu tun als mit dem, worauf wir uns im Leben konzentrieren.“* - Russell M. Nelson
- Indem Sie mit Ihrem Kind freudvolle Momente erleben und seine erstaunliche Entwicklung beim Lernen und Entwickeln neuer Fähigkeiten anerkennen, können Sie ganz bewusst Freude kultivieren.
  - Konzentrieren Sie sich mehr auf die schönen Momente als auf Ihre Bedenken und legen Sie den Fokus auf die natürliche, liebevolle Beziehung zwischen Kind und Eltern.
- Das Ziel von Fostering Joy ist es, in alltäglichen Momenten liebevolle, unterstützende Interaktionen zu schaffen und zu fördern. Ideen, um Freude zu kultivieren:
  - Finden Sie jeden Tag etwas, wofür Sie dankbar sind, teilen Sie es mit Ihrer Familie oder notieren Sie es in einem Tagebuch.
  - Nehmen Sie sich Zeit für etwas, das Ihnen Freude bereitet und teilen Sie es mit Ihrem Kind, z. B. Lesen, Gartenarbeit, Sport oder ein Spaziergang.
  - Finden Sie einen Freund, mit dem Sie Ihre Freude teilen können. Das kann eine Person sein, die sich die gleichen Gewohnheiten rund um Freude vornimmt und Sie an schwierigen Tagen aufmuntert.
- HV Fostering Joy Journals (Tagebücher) sind auf Englisch und Spanisch verfügbar. Außerdem gibt es ein Tagebuch für Kinder. Über den QR-Code von Fostering Joy gelangen Sie zu einer Webseite, auf der Sie die Tagebücher und mehr Informationen finden.