



Unterstützung für Kinder in Zeiten des Wandels

Dr. Joanne Foster

*" Die Art und Weise, wie Sie den Wandel bewältigen, ist ebenso wichtig wie der Wandel, den Sie bewältigen."
~ Anon*

Kinder haben oft Sorgen oder Unsicherheiten, wenn das Schuljahr zu Ende geht und sich alle voneinander verabschieden und in die Sommerferien aufbrechen. Eltern können dazu beitragen, dass diese Übergangszeit reibungsloser verläuft.

Für Kinder sind die Sommerferien ein Ende, aber auch ein Anfang - der Beginn von Abenteuern, Entspannung, Spielen im Freien, Lernerfahrungen, neuen Freundschaften und vielem mehr. Und doch sind viele Kinder ängstlich. Sie fragen sich, wen sie treffen werden und was sie den ganzen Tag tun werden. Sie ahnen, dass sie ihre Freunde vermissen werden und haben vielleicht Angst, dass es im Herbst in der Schule nicht mehr so angenehm sein wird oder dass sie alles vergessen werden, was sie gelernt haben.

Die Eltern denken vielleicht, dass die Kinder einfach über die Sorgen hinwegkommen, sich anpassen und ihr Leben weiterleben werden. Und das ist im Allgemeinen auch der Fall. Viele Kinder, die nicht wissen, was sie in den kommenden Wochen erwartet, sind jedoch verängstigt, besorgt oder unsicher, wie sie mit den verschiedenen Veränderungen umgehen sollen, die unweigerlich auftreten werden. Es gibt Möglichkeiten, wie Eltern dazu beitragen können, damit ihre Kinder und die ganze Familie von Anfang an das Beste aus den Schulferien machen können.

Eltern können in diesen sieben Bereichen Unterstützung anbieten:

1. Planung

Helfen Sie den Kindern zu verstehen, wie die Veränderung aussehen wird und was sie in Bezug auf soziale, akademische oder emotionale Auswirkungen im Laufe der Zeit erwarten können. Sie können sich mit den Lehrkräften absprechen und

zusammenarbeiten, um die Informationen zu vermitteln und die beruhigenden Botschaften zu verstärken.

2. Vorbereitung

Sorgen Sie dafür, dass die Kinder die Ressourcen oder Materialien, die sie benötigen, zur Verfügung haben oder erwerben können, um die Umstellung weniger entmutigend zu gestalten. (Und die Aspekte der Freizeitgestaltung und des persönlichen Wachstums verlockender!) Machen Sie sich bereit für den Spaß!

3. Verbindlichkeit

Zeigen Sie Widerstandsfähigkeit und Ausdauer und sprechen Sie darüber, warum es wichtig ist, Dinge zu versuchen und durchzuziehen. Ausdauer ist eine erlernte Fähigkeit, und es kann für Kinder besonders schwer sein, durchzuhalten, wenn sie neue, unbekannte oder steinige Wege beschreiten.

4. Beobachtung

Achten Sie auf die Gefühle der Kinder und ihre Fähigkeit, Veränderungen zu bewältigen, während sie sich entwickeln. Achten Sie auf Anzeichen für das geistige und körperliche Wohlbefinden der Kinder. Halten Sie beispielsweise die Augen offen für Probleme im Zusammenhang mit dem Schlafverhalten, dem emotionalen Zustand oder den Essgewohnheiten.

5. Laufende Anpassung

Stehen Sie bereit, um zu unterstützen, zu leiten und zu helfen, wenn sich die mit der Veränderung verbundenen Ereignisse einstellen. Veränderung ist ein Prozess - Schritt für Schritt. Kinder können auf dem Weg dorthin straucheln. Seien Sie also aufmerksam, geduldig und ansprechbar.

6. Gemeinsame Aktionen

Nehmen Sie an gemeinsamen Aktivitäten teil. Ermutigen Sie Ihre Kinder, sinnvolle Beziehungen und Netzwerke der Unterstützung zu pflegen und aufzubauen, falls später einmal Schwierigkeiten auftreten. Freunde, Familienmitglieder, Trainer und andere können Anreize, Unterstützung und Anleitung bieten.

7. Selbstvertrauen

Stärken Sie das Vertrauen der Kinder in ihre Fähigkeiten, indem Sie sie darin bestärken, was sie tun können und was sie bereits getan haben, damit sie selbstbewusster werden und sich in der Lage fühlen, selbst wenn die Übergänge schwierig erscheinen.

Zuletzt

Eltern sind in einer guten Position, um Kindern zu helfen, Veränderungen und Übergangszeiten als Tore zu neuen Erfahrungen und aufregenden Lernmöglichkeiten zu sehen. Es ist gut zu wissen, was vor uns liegt, aber da niemand die Zukunft voraussehen kann, wird sie immer etwas Geheimnisvolles an sich haben. Und das ist faszinierend! Ermutigen Sie Ihre Kinder, Veränderungen zu begrüßen und das Beste daraus zu machen.

Im Blog <https://joannefoster.ca/blog> finden Sie noch mehr hilfreiche Tipps und positive Anregungen für Eltern und Kinder.

Anmerkung der Autorin:

Dieser Blog ist eine Adaption eines Artikels, der bei [The Creativity Post](#) veröffentlicht wurde. (Auf dieser Website finden Sie etwa 100 Artikel von mir zu verschiedenen Themen rund um das Lernen, die Kreativität, das Wohlbefinden von Kindern und vieles mehr!)

Dr. Joanne Foster widmet sich seit über 35 Jahren der Begabtenförderung und der Entwicklung von Kindern. Mit ihrem Fachwissen in Psychologie und Sonderpädagogik unterstützt sie Eltern und Pädagogen bei der Förderung von Kreativität und anspruchsvollem Lernen bei Kindern und Jugendlichen. Dr. Foster hat unzählige Artikel und mehrere Bücher geschrieben, zuletzt [Ignite Your Ideas: Kreativität für Kinder](#).

Quelle: <https://joannefoster.ca/summer-qualms-supporting-kids-in-times-of-change/>
[08.07.2024]

Übersetzung und Bearbeitung: Martina Rosenboom

Stand: 08.07.2024



Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitungen
([Details](#))